श्रीकाशिराजविरचिता

अजीर्णमञ्जरी

(नेपाली-भाषानुवादसहित)

नेपाल सरकार
संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय
पुरातत्त्व विभाग
राष्ट्रिय अभिलेखालय
रामशाहपथ, काठमाडौं

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

श्रीकाशिराजविरचिता

अजीर्णमञ्जरी

(नेपाली–भाषानुवादसहित)

सम्पादक तथा अनुवादक

डा. छत्रपति दाहाल

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

अजीर्णमञ्जरी

(नेपाली-भाषानुवादसहित)

प्रकाशक : राष्ट्रिय अभिलेखालय
रामशाहपथ, काठमाडौं
फोन: ०१-४२००८४८, ४२००८४६

प्रकाशन मिति : २०७५

प्रति : ५००

मूल्य : रू. १५०/-

मुद्रक : तेत्तिसकोटी प्रिन्टिङ सपोर्ट, काठमाडौं
फोन: ०१-६२०४५४८

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

उपोद्घात

आयुर्वेद चिकित्सा विज्ञानको जननी हो। वैदिक सभ्यताको धरोहरको रूपमा चिनिएको आयुर्वेद स्वास्थ्य - विज्ञान र जडिबुटी ज्ञानको सम्मिलन हो। पौराणिक कालमा धन्वन्तरीद्वारा प्रतिपादित यस विधालाई मानव सभ्यताको आरम्भसँगै जन्मिएको मानिन्छ, प्राचीन चिकित्सा विज्ञानको एउटा जिउँदो इतिहास ठानिन्छ। र त, यस युगमा पनि यो आधुनिक चिकित्साविज्ञानको विकल्पका रूपमा बाँचिरहेको छ।

राष्ट्रिय अभिलेखालय आयुर्वेद विज्ञानका शोधकर्ताहरूका लागि उत्कृष्ट गन्तव्य हो। यहाँ रहेका आयुर्वेदसम्बन्धी सामग्रीहरू सिङ्गो मानव सभ्यताकै बहुमूल्य नीधि हुन्। यस कार्यालयमा देशभरबाट संकलित करिब २५०० को हाराहारीमा माइक्रोफिल्म गरिएका आयुर्वेदसम्बन्धी ग्रन्थहरू छन्। यसैगरी आयुर्वेदसम्बन्धी हस्तलिखित ग्रन्थहरू करिब ९०० को संख्यामा रहेका छन्। त्यस मध्ये पनि ताडपत्रमा लेखिएका बहुमूल्य ग्रन्थहरूको संख्या ८५ छ। यी ग्रन्थहरूको अध्ययन अनुसन्धानबाट शोधकर्ताहरूले आयुर्वेदका गुप्त रहस्यहरू पत्ता लगाउन सक्ने सम्भावना प्रचुर छ।

आयुर्वेदसम्बन्धी ग्रन्थहरूको प्रचारप्रसारलाई सर्वव्यापी बनाउने उद्देश्यले यस कार्यालयले समय समयमा आफ्नो संकलनमा रहेका आयुर्वेदसम्बन्धी ग्रन्थहरूको सम्पादन तथा प्रकाशन कार्य गर्दै आएको गर्विलो इतिहास सुनाउन पाउँदा हामी आफूलाई धन्य महसुस गर्दछौं। आयुर्वेदसम्बन्धी ग्रन्थहरूको प्रकाशन गर्ने क्रममा सर्वप्रथम यस कार्यालयले वि.सं.२०२९ सालमा **हरमेखला** नामक ग्रन्थको **पूर्वी खण्ड** प्रकाशनमा ल्याएको थियो। यसैगरी २०३० सालमा **हरमेखला** ग्रन्थकै **मध्यखण्ड**लाई प्रकाशित गर्‍यो। यसैक्रममा यस कार्यालयको संग्रहमा रहेको आयुर्वेदसम्बन्धी हस्तलिखित ग्रन्थहरूको जानकारी श्रद्धेय पाठकहरूलाई गराउने उद्देश्यले २०५९ सालमा **आयुर्वेद विषयका हस्तलिखित ग्रन्थहरूको सूचीपत्र**को सम्पादन तथा प्रकाशनसमेत गर्‍यो। यस कार्यले पक्कै पनि आयुर्वेदका बारेमा अध्ययन-अनुसन्धान गर्न चाहनेहरूका लागि मार्गप्रशस्त भयो होला भन्ने हाम्रो ठम्याई छ। यस वर्ष (आ.ब.२०७४/७५) पनि अन्य विविध ग्रन्थहरूका साथमा आयुर्वेद विषयको चर्चित ग्रन्थ **अर्जीण मञ्जरी**को सम्पादन तथा

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

प्रकाशन गर्न पाउँदा हामी अत्यन्तै गौरवान्वित भएका छौं । यस ग्रन्थको प्रकाशनले आयुर्वेदका शोधकर्ता, अध्येता, विज्ञ पाठक तथा जिज्ञासुहरूको थोरै भए पनि जिज्ञासा शमन गर्ने सामर्थ्य राख्यो भने हामी हाम्रो प्रयास सफल भएको ठान्ने छौं ।

अन्त्यमा, यस ग्रन्थको सम्पादन कार्यको गहन जिम्मेवारी ग्रहण गरी उक्त कार्यलाई सफलतापूर्वक सम्पन्न गर्नु भएकोमा आयुर्वेदका विद्वान् डा. श्री छत्रपति दाहालज्यू प्रति म आभारी छु । यसैगरी यस ग्रन्थको आद्योपान्त अध्ययन- विश्लेषण गरी यस ग्रन्थलाई उत्कृष्ट बनाउन परिमार्जनसहित महत्त्वपूर्ण सल्लाह सुझाव दिनुहुने आयुर्वेदाचार्य श्री काशीराज सुवेदीज्यू प्रति कृतज्ञता अर्पण गर्दछु । साथै यस ग्रन्थको सम्पादन तथा प्रकाशनमा विशेष भूमिका निर्वाहका लागि अनुसन्धान अधिकृत राजु रिमाललगायत सम्पूर्ण सहयोगी कर्मचारी साथीहरूलाई धन्यवाद दिन चाहन्छु । र, यो ग्रन्थ रचनात्मक सुझावको अपेक्षासहित विज्ञ पाठकको हातमा सुम्पन्छु ।

सौभाग्य प्रधानाङ्ग

प्रमुख

राष्ट्रिय अभिलेखालय

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

शुभाशंसा

सुस्वास्थ्य, दीर्घायु एवं परमानन्दको मार्गदर्शन गर्ने विद्या आयुर्वेद हो । आयुर्वेदको प्रमुख अङ्ग कायचिकित्सा हो र त्यसको केन्द्रविन्दु काय अर्थात् जठराग्नि हुन्छ । त्यो अग्नि सही अवस्थामा हुँदा मानिस स्वस्थ भएर दीर्घायु पाउँछ भने विकृत हुँदा अजीर्ण गराई अनेक रोगहरूको शिकार बन्छ । जीवनको सुरक्षा पनि त्यसैमा आधारित छ । महर्षि अग्निवेश भन्नुहुन्छ–

आयुर्वर्णबलं स्वास्थ्यमुत्साहोपचयौ प्रभा ।
ओजस्तेजोऽग्नयः प्राणाश्चोक्ता देहाग्निहेतुकाः ॥
शान्तेऽग्नौ म्रियते, युक्ते चिरं जीवत्यनामयः ।
रोगी स्याद् विकृते, मूलमग्निस्तस्मान्निरुच्यते ॥

–चरक चि. १५।३-४

अग्निलाई सही अवस्थामा उचित भोजनका साथ त्यसको संस्कार, मात्रा र प्रयोगको विधिवारे जानकारी र त्यस अनुरूप आचरण आवश्यक हुन्छ । त्यो नभएमा अग्नि क्रमशः दुर्वल भई अजीर्ण लगायत अनगिन्ती रोगहरूको कारण बन्दछ । दुर्बल अग्नि भएपछि पहिले अजीर्ण त्यसपछि आमदोष अनि ग्रहणी, अतिसार, उदररोग आदि हुन जान्छन् । अतः स्वस्थ र हन चाहने व्यक्तिले अजीर्ण हुन नपाउने किसिमबाट हित अन्न उचित मात्रामा सेवन गर्ने बानी बसाउनुपर्छ। परिस्थितिवश त्यसमा केही गडबडी भई अजीर्ण भएमा सतर्क भई तत्काल त्यसको उपचार गर्नुपर्छ । यसैहुनाले प्राचीन महर्षिहरूले आहारसम्बन्धी नियमहरूका साथ अजीर्णको चिकित्सासम्बन्धी अनेक उपायहरूको वर्णन गर्नुभएको छ । खाने कुराको प्रकृति जस्तो छ त्यस अनुरूप अजीर्णको फरक-फरक लक्षण हुनसक्छ र त्यसको उपाय पनि फरक हुनसक्छ । यही तथ्यलाई हृदयंगम गर्दै आचार्य काशिराजले आजभन्दा शताब्दियौं अगाडि अजीर्णमञ्जरी ग्रन्थको रचना गर्नुभएको, त्यसको प्रचार हुँदा टीका लेख्ने, प्रतिलिपि गर्ने, अनुवाद गर्ने क्रम निरन्तर रहेको बुझिएको छ। यसै सन्दर्भमा यसको सुबोधिनी संस्कृतटीका लेखिएको र नेपाली आदि भाषाहरूमा अनुवाद पनि भएको अवगत हुनआएको छ । यसका विषयहरू सुशिक्षित परिवारहरूमा परम्परागतरूपमा प्रचलनमा आएका भए पनि अहिले सर्वसाधारणले प्रयोग गर्न र बुझ्न पाउने स्थिति ग्रन्थ अप्रकाशित हुँदा सम्भव थिएन । यो अभावलाई पन्छाई राष्ट्रिय अभिलेखालयको अग्रसरतामा डा. छत्रपति दाहालज्यूबाट प्राचीन समयको अनुवादका साथ

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

वर्त्तमान समय अनुरूप सरल, सरस, सुबोध भाषामा गरिएको अनुवाद तथा परिशिष्टमा प्रस्तुत पारिभाषिक शब्दावली आदि विवरणसहित प्रकाशित यो अजीर्णमञ्जरीनामक पुस्तक विशिष्ट स्वरूपमा आउनु आयुर्वेद क्षेत्रमा महत्वपूर्ण उपलब्धि मान्नसकिन्छ ।

यस ग्रन्थको सम्पादन गरी प्रस्तुत गर्नुहुने डा. छत्रपति दाहालज्यू विद्यार्थी अवस्थादेखि नै संस्कृत विषयमा दीक्षित तथा आयुर्वेदका सैद्धान्तिक एवं व्यावहारिक पक्षका साथ वर्त्तमान देश-काल-परिस्थितिसँग सुपरिचित व्यक्तित्व हुनुहुन्छ र हाल नेपाल सरकार, स्वास्थ्य मन्त्रालयमा आयुर्वेद एवं वैकल्पिक चिकित्सा शाखामा वरिष्ठ आयुर्वेद चिकित्सकको रूपमा कार्यरत हुनुहुन्छ । कार्यव्यस्ताको बीचमा आयुर्वेदक्षेत्रमा कुनै ग्रन्थ प्रस्तुत गर्न नसके पनि उहाँले आफ्ना विचारपूर्ण लेखहरूद्वारा कुशल लेखक भएको प्रमाणित गरिसक्नुभएको छ । यस पुस्तकको प्रस्तुतिबाट ग्रन्थरचनाको मार्गमा अग्रसर हुनुभएकोमा हार्दिक बधाइ ज्ञापन गर्दै भविष्यमा अरू पनि उत्तम ग्रन्थहरूको रचना हुने विश्वासका साथ धन्यवाद प्रकट गर्दछु ।

डा. काशीराज सुवेदी

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

पृष्ठभूमि

पुरुषार्थचतुष्टयको प्राप्ति पूर्वको दार्शनिक चिन्तनको निष्कर्ष हो । धर्म, धर्मयुक्त अर्थ, अर्थसापेक्ष काम एवं तत्पश्चात् पूर्णकामता हासिल गर्दै मोक्ष वा कैवल्यको चरम गन्तव्य वा परमानन्दको अनुभूति गर्नुसम्मलाई पूर्वीय चिन्तनले दिएको मार्गचित्र मान्नसकिन्छ । आयुर्वेदमनीषी अग्निवेशसंहिताका आचार्य चरक भन्नुहुन्छ–

धर्मार्थकाममोक्षाणामारोग्यं मूलमुत्तमम् । रोगास्तस्यापहर्त्तारः..।।–च.सू. १।१५–१६

धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष यी चार कुराको मूलजरो भनेको आरोग्य अर्थात् सुस्वास्थ्य हो । सुस्वास्थ्यका लागि हामीले हाम्रो शरीरको कायलाई बुझ्नुपर्दछ । "**जाठरः प्राणिनामग्निः काय इत्यभिधीयते । यस्तं चिकित्सेत् सीदन्तं स वै कायचिकित्सकः**" भन्दै आयुर्वेदमर्मज्ञ शिवदास सेनले यही उक्ति व्यक्त गरे । प्राणीहरूका लागि जठराग्नि भनेको नै काय हो र त्यही कायाग्नि अर्थात् जठराग्निलाई निभ्न नदिने उपाय वा चिकित्सा जसले गर्दछ त्यसैलाई कायचिकित्सक भनिन्छ । जठराग्निलाई स्थिर र सामान्य बनाउन सकेमात्र हामी आरोग्यलाई हासिल गर्न सक्नेछौं । अन्यथा, आरोग्य हाम्रो पकडमा रहने छैन । कायमा निहित जठराग्निको सन्दर्भमा चरकसंहितामा प्रसिद्ध टीकाकार चक्रपाणि र सुश्रुत संहिताका प्रसिद्ध टीकाकार डल्हणले पनि आफ्नो स्पष्ट अभिमत जाहेर गरेका छन्– **कायस्यान्तरग्नेश्चिकित्सा कायचिकित्सा (च.सू.३०/२८ चक्रपाणि) कायोऽत्राग्निरुच्यते तस्य चिकित्सा कायचिकित्सा (सु.सू१।७)** । '**कायचिकित्साविषया रोगा अग्निदोषादेव भवन्ति**' चरकसंहिताको व्याख्याको क्रममा व्याख्याकार शिवदास सेन पनि यस्तै भन्छन् । रोगाधिष्ठान भनेको शरीर हो । शरीरमा आश्रित विभिन्न रोगहरू काय अर्थात् कायाग्नि किंवा समस्त अग्निमा नै आधारित हुन्छन् । पृथिवी, जल, तेज, वायु, आकाश पाँचै तत्वमा रहेका पञ्चमहाभूताग्नि; रस, रक्त, मांस, मेद, अस्थि, मज्जा, शुक्र सातै धातुमा रहेका सप्तधात्वग्नि र सबै अग्निको मूल स्रोत वा आश्रय जठराग्नि समेत गरेर १३ प्रकारका अग्निहरूको वर्णनमा नै आयुर्वेदले आफ्नो साङ्गोपाङ्गता कायम राखेको हुन्छ ।

अग्नि मन्द हुनु, तीक्ष्ण हुनु वा विषम हुनु स्वास्थ्यका लागि हितकर छैन । स्वास्थ्यको परिभाषा दिने आचार्य सुश्रुत यसो भन्छन् - '**समदोषः समाग्निश्च.....**' अर्थात् अग्निको समता नभएको अवस्थामा स्वास्थ्यको परिकल्पना गर्न सकिदैन । अग्निका अवस्थालाई आचार्य माधवकरले यसरी प्रस्तुत गरेका छन्–

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

मन्दस्तीक्ष्णोऽथविषमः समश्चेति चतुर्विधः।
कफपित्तानिलाधिक्यात्तत्साम्याज्जाठरोऽनलः ॥

–माधवनिदानम्, अग्निमान्द्यवर्णनम् ॥

कफको कारणले अग्नि मन्द हुन्छ, पित्तको अधिकता भयोभने अग्नि तीक्ष्ण हुन्छ, वातको अधिकताले अग्नि विषम हुन्छ र तीनै दोषको साम्यावस्थाले अग्नि सामान्य अर्थात् सम हुन्छ। यसरी मन्दाग्नि, तीक्ष्णाग्नि, विषमाग्नि र समाग्नि गरी जठराग्निका चार अवस्था हुन्छन्। आचार्य सुश्रुतको स्वास्थ्यको परिभाषा '**समाग्निश्च**'लाई हासिल गर्न हामीले अग्निलाई मन्द, तीक्ष्ण या विषमजस्तो असामान्य बनाउनुहुँदैन। आयुर्वेदले यसैलाई मूल लक्ष्य मानेको हुन्छ।

अग्निको मन्दताले गर्दा दोषपाक तथा धातुपाक राम्रोसित हुन पाउँदैन। फलस्वरूप आहाररसबाट धातुको सारभाग एवं मलभाग (किट्टभाग) राम्रोसित छुट्टिन पाउँदैनन्। सारकिट्टविभजन प्रक्रियामा भएको यस असन्तुलनले शरीरमा आमको संचय हुन्छ। कायको मूलधर्म चय र अपचय -Anabolism & Catabolism) हो। सम्यक् चयापचय भनेको नै धातुपाक (Metabolism) हो। यो राम्ररी हुनु अर्थात् धातुपाकको सम्यक् परिणति हुनु भनेको नै आयुर्वेदको भाषामा पाचन हो। कायाग्निको असन्तुलनले जब अग्निमा विषमता हुन्छ, तब आमको संचय या अन्नविषको संकलित विकार शरीरभरि फैलिन्छ। हिजोआजको भाषामा भन्नुपर्दा चिल्लो पदार्थको परिपाक (Metabolism) राम्ररी नभएर अन्नविषको रूपमा शरीरमा Cholesterol संचित हुन्छ। कार्वोज (Carbohydrate) को परिपाक नभएमा रक्तमा शर्करा (Blood Sugar) संचित हुन्छ। प्रोटिन तत्वको परिपाक नभएको अवस्थामा Uric Acid अन्न विषको उत्पादनको रूपमा शरीरमा फैलिन्छ। आफूले खाएको आहार राम्रोसित जीर्ण हुन नदिने अन्नविष आम हो। प्रायजसो रोगहरू मन्दाग्निका कारणले संचित हुने आमद्वारा नै हुने गर्दछन्। **रोगाः सर्वेऽपि मन्देऽग्नौ**। फलस्वरूप मन्दाग्निको उपज अजीर्णले अन्नविषको उत्पादन गर्ने अवसर पाउँदछ। यो आयुर्वेदको सार्वभौम सिद्धान्त हो। हामीहरू सोच्न सक्छौं शल्यसम्बन्धित रोगमा त अग्निको या अजीर्णको सम्बन्ध रहँदैन होला। यद्यपि यस्तो लाग्नु स्वाभाविक नै हो तापनि अग्निको सम्बन्ध सबै निज र आगन्तुक रोगहरूमा रहेको हुन्छ। व्रणमा पनि शोथ (Swelling), वेदना, (Pain), पाक (Pus), ताप (Heat), आनाह (Pressure) का अवस्थामा अजीर्णको प्रभाव स्पष्टसित पर्दछ । आचार्य वाग्भट भन्नुहुन्छ–

अजीर्णादनिलादीनां विभ्रमो वलवान् भवेत्।
ततः शोथरुजापाकदाहानाहानवाप्नुयात् ॥

अर्थात् अजीर्णले गर्दा वातपित्तकफदोष आ-आफ्नो स्थानबाट विचलित हुन्छन् र त्यही विचलन वा विभ्रम बलवान् भएको अवस्थामा व्रणमा शोथ, रुजा, पाक, दाह, आनाह हुन्छन्।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

माथिका भनाइले अजीर्णले हाम्रो शारीरिक स्वास्थ्य अनि समाज र देशको स्वास्थ्यमा कति असर पर्दछ भन्ने कुरा स्पष्ट हुन्छ । **'अजीर्णे भोजनं विषम्'** भन्ने तुक्का त नेपाली जनजिब्रोमा अहिलेसम्मन् झुण्डिएकै छ। **अजीर्णमञ्जरीको** बारेमा केही भन्नुभन्दा पहिले यति भनेर प्रसंगतिर लाग्दाखेरि नै ममा आफ्नो अभीष्ट लक्षित हुनपुग्छ ।

मञ्जरी शब्दको अर्थ मुजुरा हो जसलाई वल्लरी पनि भनिन्छ। मञ्जरी त्यसको हुन्छ जसमा अमृतत्व वा पोषण तत्व हुन्छ। आँपको फलमा पर्याप्त तुष्टि र पर्याप्त पुष्टि छ त्यसैले आँपमा मञ्जरी लाग्छ। तुलसीमा अमृतत्व स्वयं सन्निहित रहेको हुन्छ। त्यसैले तुलसीको पनि मञ्जरी लाग्छ। मञ्जरी अमृतत्वको परिचायक हो । यसैले अजीर्णमञ्जरीका मूल कृतिकारले यसको नाम यही नै राखेका हुन् । अजीर्णको बारेमा अब केही भन्नुपरोइन ।

'राष्ट्रिय अभिलेखालयमा प्रशस्त आयुर्वेदीय ग्रन्थहरू माइक्रोफिल्ममा संरक्षित छन् तर तिनको सम्पादन र अनुवादनका लागि कसैले पनि चाख देखाएनन्' अनुसन्धान अधिकृत राजु रिमालको गुनासो यही थियो । 'संस्कृत भाषाको ज्ञान भएको मान्छेले केही गरिदिएको भए हुन्थ्यो' डा. ऋषिराम कोइरालाको बेला बेलामा यस्तै चुट्का आउने गर्थ्यो । लेखकले लेखिरहनु पर्छ– डा.काशीराज सुवेदीको यही प्रेरणा म बेलाबेलामा पाइरहन्थें । यद्यपि अवसरभने जुट्न पाएको थिएन। डा. श्याममणि अधिकारीले गरेको अष्टांग संग्रहको अनुवाद पढ्दा एक किसिमको प्रेरक ईर्ष्याले हृदय भर्थ्यो। यद्यपि कतै पनि अभिव्यक्त हुनचाहिं पाएको थिएन। भरखरका कोपिला जसको भविष्य फक्रिने कुराको संकेत ममा 'योयो धूमवान् स स वन्हिमान् यथा महानसम्' भनेजस्तै छर्लङ्ग हुन्छ ती कोपिला, जया, सुभद्रा, शारदा, वशंवदा, राधा, लक्ष्मी आस्था आदि र पुष्प, रमेश, जनक, समीर जस्ता सबैको जानिदो नजानिदो अन्तःप्रेरणा ममा गर्भित रहेकै थियो । अष्टाध्यायी पढाइदिनुपर्‍यो भन्ने रमिता महर्जनलाई म यी अन्तःप्रेरणाका केन्द्रविन्दुमा राख्छु । सबैले आ-आफ्नो अनुकूलता अनुसार केही न केही गरिरहेका छन् । नाम भुलेका सत्पात्रले समेत म भित्रको यो अन्तःप्रेरणालाई अवश्य नै साक्षात्कार गर्नेछन् ।

राष्ट्रिय आयुर्वेद अनुसन्धान तथा तालीम केन्द्रका कार्यकारी निर्देशक र सतीर्थ्य डा. सिद्धार्थ कुमार ठाकुरले वाङ्मय अनुसन्धानका क्षेत्रमा सघाउन आग्रह गरेअनुरूप कीर्तिपुरको फाँटबाट राष्ट्रिय अभिलेखालय चहार्दाको प्रतिफल पनि मान्नुपर्छ केही हदसम्म । आफ्नै घरगाउँले भने पनि हुने सिंहदरबार वैद्यखाना विकास समितिका प्रबन्धनिर्देशक डा. वंशदीप शर्मा खरेलको बारम्बारको झकझकाइ र जोस्याइलो प्रेरणा नभएको भए शायद ममा यी सृजनधर्मका कार्यहरू जागृत हुने थिएनन् । कृतज्ञताका भावहरू अभिव्यक्त गर्दा यति नै भनौंहोला ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

अजीर्ण र मञ्जरीको शब्दार्थ खुलिसकेको छ। यो नेपाली वैद्य समुदायका मात्र नभएर अक्षरकर्मीहरूमा समेत प्रचलित भएको कुरा नेपाली साहित्यको विकासक्रमलाई अनुशीलन गर्दा थाह हुन्छ । चाहे त्यो पलाण्डुप्रशंसा होस्, ज्वरोत्पत्ति चिकित्सा होस् अथवा कवि शिखरनाथको शिखरनाथ भाष्य होस् आयुर्वेदीय विधाले नेपाली साहित्यमा स्थान पाएकै छ। नेपाली साहित्यका प्रखर साधक एवं भाषाशास्त्री बालकृष्ण पोखरेलले नेपाली गद्य साहित्यको ऐतिहासिक संगालो '**पाँच शय वर्ष**' मा तीनवटा बेनामी अजीर्णमञ्जरी संकलन गर्नुभएको छ। ती मध्ये एउटा संवत् १४५० पूर्वको छ, अर्को संभवतः गंगाविष्णुद्विजमा आधारित भनिएको १८२१ संवत्को छ । त्यस्तै १८३० पूर्वको भनिएको अजीर्णमञ्जरी पनि उक्त संगालोमा छापिएको पाइन्छ। यी सबै वीर पुस्तकालयबाट संकलित गरिएको कुरा त्यहाँ उल्लेख गरिएको छ। समाजमा जे प्रचलित हुन्छ त्यो साहित्यमा अथवा वाङ्मयका विविध विधाका लेखनमा आउनेगर्दछ। नेपाली समाजमा अजीर्णमञ्जरी लोकप्रिय नभएको भए यस्तो हुँदैनथ्यो होला।

'आयुर्वेद का वैज्ञानिक इतिहास' का लेखक एवं आयुर्वेदका मनीषी आचार्य प्रियव्रत शर्माले अजीर्णमञ्जरीको एउटा पाण्डुलिपि राजानक भगवन्तकृत सुवोधिनी व्याख्याका साथ रहेको बताएका छन् जसको लिपिकाल संवत् १८८३ छ। अजीर्णामृतमञ्जरी नामको अर्को कुनै कृतिको नाम पनि सुनिएको छ यद्यपि यसको आकार दर्शन भने मैले गर्न पाएको छैन।

यी सवै कुरालाई मध्यनजर गर्दा अजीर्ण मानव स्वास्थ्यका लागि अत्यन्त महत्वपूर्ण र चिन्तनीय विषय हो । शायद यसैले गर्दा हुनसक्छ यो वैद्यकसमाजबाट समाजका हर तह र तप्कामा विस्तारित हुनपुग्यो । यसैको फलस्वरूप हामी अजीर्णमञ्जरी चर्चित भएको पाउँछौ । अजीर्णमञ्जरीको उपादेयता यसैबाट सिद्ध हुन्छ ।

आयुर्वेद समृद्ध र सम्पूर्ण विधा हो। यसले धर्म, दर्शन, विज्ञान, समाजशास्त्र, कला एवं साहित्यका विविध पाटाको अनुशीलन गर्छ र सुस्वास्थ्यको परिकल्पना गर्छ। पुरूषार्थचतुष्टयको सिद्धिको सामर्थ्य राख्छ। तथापि आधुनिकताको नाउँमा पश्चगामी पश्चिमीकरण या विज्ञान प्रविधिको विकासको नाउँमा पूर्वीय ज्ञान र दर्शनको पलायन अहिलेको हाम्रो विडम्बना हो र हाम्रा यस्ता अमूल्य निधिहरू संग्रहालयमा प्रदर्शनका लागि सुरक्षित हुनपुगे, पुस्तकालयका दराजमा आरक्षित हुनपुगे र अभिलेखालयको संरक्षणको क्रममा माइक्रोफिल्ममा बन्द हुनपुगे। आफ्ना सन्तानलाई विदेश पठाउन अंग्रेजी पढाउनैपऱ्यो। अंग्रेजी पढेका सन्तानले पश्चिमको दिनको २५ घण्टासम्मको व्यस्तता पनि बेहोर्नैपऱ्यो र मिलनसारिताको नाममा आफ्ना सारा संस्कृति र पुरातात्विक सौन्दर्यलाई वीभत्स रूप दिन पनि तयार हुनै पऱ्यो । यही

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

चंगुलमा परेर थुनिनपुगेको रहेछ अजीर्णमञ्जरी राष्ट्रिय अभिलेखालयको माइक्रोफिल्म रील नं A 212/14 मा । यो र यसका साथै अनुपानमञ्जरी A 950/22 मा थन्किएको रहेछ । यी दुवै ग्रन्थलाई सम्पादन र समसामयिक नेपाली भाषामा प्रस्तुत गर्न मलाई भित्रभित्रै कुतूहल जाग्यो र अभिलेखालयको सूचनाबमोजिम केही प्रयासका पाइलाहरू चालिए । मलाई यो अवसर प्राप्त भएकोमा राष्ट्रिय अभिलेखालयप्रति कृतज्ञ हुनु मेरो पहिलो कर्तव्य हो ।

अजीर्णमञ्जरीकै सन्दर्भमा म विभिन्न बुढापाका वैद्यहरू एवं अग्रज आयुर्वेद चिकित्सकहरूसमक्ष पुगें । भारतको दिल्ली, मध्यप्रदेश, राजस्थान र गुजरात पुगेका बेलामा भेटिएजति सान्दर्भिक व्यक्तिसँग सोधपुछ गर्ने एवं जिज्ञासा राख्ने पनि गरें । कसैले नाम सुनेको बताए, कसैले पढेको पनि बताए तर संकलित पुस्तकको आकार भने देख्न पाइएन । बनारसको चौखम्बा प्रकाशनबाट प्रकाशित भएको थाह पाएर सोध्दा अहिले सो अप्राप्य भएको थाह भयो । २०७२ सालको भूकम्पले हाम्रा पुस्तकालयहरूमा भएको हविगत यहाँ मैले दोहोऱ्याउनुपरोइन । अन्ततः पुनः सृजना गर्नु श्रेयस्कर ठहराएर मैले यो अजीर्णमञ्जरीको सम्पादन कार्य शिवसंकल्पका साथ शुरु गरेको हूँ ।

अभिलेखालयबाट प्राप्त माइक्रोफिल्म रील नं A 212/14 को अजीर्णमञ्जरी र A 950/22 मा रहेको अजीर्णमञ्जरी तथा अनुपानमञ्जरी दुवैको मूलपाठको आधारमा मैले प्रतिलिपि उतार्ने कोशिस गरेको छु । पुराना लिपिको अज्ञानता र हस्तलेखनको अस्पष्टतासित कनिकुथी गर्दा अन्तर्हृदयले जेजस्तो निर्णय र ज्ञानको आभास गऱ्यो त्यही नै यस सम्प्राप्तिको सार हो भन्ने मलाई लाग्दछ ।

A 212/14 को माइक्रोफिल्ममा अस्पष्ट अक्षर भए पनि त्यसमा पुरानो बेनामी नेपाली टीका थियो । त्यस टीकालाई जस्ताको तस्तै राख्न यसमा प्रयास गरिएको छ । टीकाकारले आफ्नो परिचय दिएका छैनन् । यो हाम्रा पुर्खाहरूको महान् उदारता पनि हो र इतिहासको अज्ञानताको लागि कारण पनि हो । जसले अप्राप्य ग्रन्थलाइ सारेर आफ्ना पत्रहरूमा संरक्षित गरे, जसले तत्काल प्रचलित नेपाली भाषामा टीका लेखेर आफ्ना सन्ततिहरूलाई अध्ययनका लागि बोधगम्यता र सौकर्य प्रदान गरे ती महान् पुर्खासामू नतमस्तक हुनुभन्दा अरू केही उपाय भएन । अभिवादन गर्दा अभिवादनीय पात्रको सम्बोधन र आफ्नो परिचय दिनुपर्ने वैदिक संस्कृति हुँदाहुँदै पनि ती पुर्खाको परिचय पाउन नसक्ता मनमा जति खिन्नता प्रकट भए पनि त्यस महान् कार्यले दिएको उपलब्धिले गर्दा प्रसन्नता पनि त्यत्तिकै प्रकट गरेको छ ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

मूल संस्कृतका ग्रन्थकारको बारेमा टीकाकारले कासिराज या काशिराजले बनाएको भन्ने कुराको संकेत ग्रन्थको आरम्भ र अन्त्यमा खोलिदिएका छन् । सम्वत् १८८८ साल मिति श्रावण वदी २ उल्लेख गरी टीकाकारले आफूले प्रतिलिपि बनाएको र टीका लेख्ने कार्य सम्पादन गरेको पनि जनाएका छन् । उनले आफ्नो परिचय नदिए पनि मूल ग्रन्थकारको नामसम्म लेखिदिएर भए पनि ठूलै गुन लाइदिएका छन् । ग्रन्थ भने पनि, ग्रन्थिका भने पनि, पुस्तिका भने पनि यसको विषयगत महत्वलाई मध्यनजर गरेर म ग्रन्थ नै भन्न रुचाउँछु । किनभने यसमा १७६ किसिमका वस्तुको अजीर्ण र त्यसबाट छुटकारा पाउने उपायको वर्णन गरिएको छ । ग्रन्थको २७ औं श्लोक यस्तो छ–

उष्णेन शीतं शिशिरेण चोष्णमम्लेन च क्षारगणो गुणाय ।।
स्नेहेन तीक्ष्णं वमनातियोगे सिता हिता स्यादिति काशिराजः ।।

श्लोकको अन्तिम पाउले यस ग्रन्थका ग्रन्थकार काशिराज नाउँका रहेछन् भन्ने थाह हुन्छ । अचार्य प्रियव्रतले भने काशीनाथ नाम उल्लेख गरेका छन् । राज र नाथ जे भए पनि उनको नामभन्दा काम बढी उजागर भएको छ यहाँ । हार्दिक अभिनन्दन छ ग्रन्थकारलाई ।

मूल संस्कृतभाषाको आधारमा मैले आफ्नो प्रतिज्ञा नेपाली भाषाटीकालाई प्रस्तुत गरेको छु । यसो गर्दा पुर्खा टीकाकारको अर्थमा कतै कतै अन्तर परेको अवस्थामा त्यस्ता ठाउँमा पादटिप्पणी राखी खुलाएको छु । सहजबोधका लागि परिशिष्टमा ग्रन्थमा उल्लेख गरिएअनुसारका अजीर्ण भएका वस्तुहरूको लागि फाइदा गर्ने कुरा वा पथ्यहरूको सूची तथा विशेष शब्द र अर्थहरूको सूची समेत राखिएको छ । सम्पादन कार्य कहिल्यै पूरा हुँदैन । यो निरन्तर चलिरहने प्रक्रिया हो । मलाई बारबार सम्पादन कार्यमा सहयोग सुझाव एवं परिमार्जन गर्ने कार्यमा मेरा भ्रातृकल्प श्रद्धेय गुरूपुत्र डा. काशीराज शर्मा सुवेदीको यस कार्यमा निकै ठूलो सहकार्य छ । डा. शेषराज आचार्य, मायादेवी गौतम लगायत नाम छुटेका सबैलाई पुनः यथोचित भन्दै सम्पादन एवं टीकालेखनमा भएका स्खलनहरूलाई विज्ञ पाठक एवं समीक्षकहरूले समाधान र क्षमादान दुवै दिनुहुनेछ भन्ने कुरामा म किन ढुक्क छु भने यो मेरो प्रथम प्रयास हो र प्रथम प्रयास गर्ने जुनसुकै उमेरको पनि बालक नै हुन्छ । टीकाकारको रूपमा आउन मलाई पहिलो विम्बको उपस्थिति दिने प्रतिज्ञालाई अन्तःस्थमा आसन दिँदै यस अजीर्णमञ्जरीको प्रसंगलाई यहीँ बीट मार्न चाहन्छु ।।

डा. छत्रपति दाहाल

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

विषयसूची

क्रम	विषय	श्लोकांक	पृष्ठांक
१.	उपोद्घात		
२.	शुभाशंसा		
३.	पृष्ठभूमि		
४.	मंगलाचरण	१	१
५.	नरिवल, आँप, घिउ, केरा, गहुँ, मासु, सुन्तला र पिँडालुको पाक	२	२
६.	पिसेको अन्न, चिरौजी, मास, दुध, बयर, काँचो आँप, माछा, मदिरा, कमलगट्टाको पाक	३	२
७.	कटहर, केरा, घिउ, ज्यामिरका रस र नुनको पाक	४	३
८.	नरिवल, ताडको बियाँ र चामलको पाक	५	४
९.	दारिम, अमला, ताडफल, निम्वु, बिमिरो, लवलीफलको पाक	६	४
१०.	महुवा, बेल, खिर्नी, फर्सा, खर्जूर, कत्था, घिउ र महको पाक	७	५
११.	गहूँ मास, चना, केराउ, मूँगी, खजूरी, कमलकन्द, कसेरु, मिश्री, दाख, महुवाको पाक	८	५
१२.	मासु, कटहर, खिऱ्त्रो, भैंसीको दुध, चिउरा, दालको पाक	९	५
१३.	कपूर, सुपारी, पान, केशर, जाईफल, जाईपत्री, कस्तूरी, शिलारस, नरिवलको पानीको पाक	१०	६
१४.	सामा, नीवार, गहत, षष्टिक, बोडी, भटमास, कागुनू, अमिली र आँपको पाक	११	६
१५.	कसेरु, सिंगडा, कमलकन्द, दाख, छोहोरा, खुँदो/सख्खर, उखुको रसको पाक	१२	७
१६.	घिउ, तेल, कटहर, अमलाको पाक	१३	७
१७.	माछामासुको पाक	१४	८
१८.	मालेवा, परेवा, मुजुर, भद्राइका मासुको पाक	१५	८
१९.	सिखरिणी, गाईको दुध, भैंसीको दुधदहीको पाक	१६	९
२०.	बारा, फिनी, गुडपाप्री, लड्डू, मालपुवा, रोटी, सेल, खास्तापुरी, मनभोग र पक्वान्नको पाक	१७	९
२१.	दुम्सी, गोहोरो, गैंडा, कछुवाको मासु र आरनालको पाक	१८	१०

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

२२.	दीर्घकालोपपन्न पानीको अजीर्ण	१९	११
२३.	पालुंगो, नाडीशाक, करेला, भिँडा, तामा, मूला, पवइ, लौका, परवर आदि सागको पाक	२०	११
२४.	केराउ, सुन्तला, ज्यामिर, मदिरा आदिको पाक	२१	११
२५.	परवर, तामाटुसा, करेला, लौका आदिको पाक	२२	१२
२६.	सूरण, आलु/तरुल, हलेदो, चूनको पाक	२३	१२
२७.	बन्धूक, सर्सिउँ, बेथे र सागहरूको पाक	२४	१२
२८.	अमारो, डुम्री, पिप्पल, पाखरी, वर आदिका फल र चिरौजीको मज्जाको पाक	२५	१३
२९.	चिल्लो पदार्थको अजीर्ण, अतिसारको बह, मासको मस्यौरा र अमिलीको पाक	२६	१३
३०.	उष्णपदार्थ, शीतपदार्थ, अमिलो, चिल्ला वस्तुको र वमनको पाक	२७	१४
३१.	पानको चूनले मुख पोलेमा	२८	१४
३२.	नस्यजरोग, अञ्जनजन्यरोग, धूमगद र अत्यधिक अश्रुविरेचन भएमा	२९	१५
३३.	थकाइको कारणले हुने अजीर्ण, सम्भोगपछिको थकाइ र सम्भोगको अतिरेकमा	३०	१५
३४.	कर्णपूरणजन्य र कवलजन्यरोगमा	३१	१६
३५.	खर्बुजो, तर्बुजो, काँक्रो, फर्सी, कुभिण्डोको पाक	३२	१६
३६.	स्त्रीसम्भोगजन्य एवं विलासजन्य विकारमा	३३	१६
३७.	मदिरा नलाग्ने मद्यगन्ध हटाउने उपाय	३४	१७
३८.	कोदाको र धतुराको मात लागेमा	३५	१७
३९.	सुपारीको मात लागेमा	३६	१७
४०.	ऊँट, हात्ती, घोडा चढेर जिउ दुखेकोमा र पैदल हिँडेर जिउ दुखेकोमा	३७	१८
४१.	भांगको मद लागेमा, अफिमको मद लागेमा, विष लागेमा, मदिरा लागेमा र दुध लागेमा	३८	१८
४२.	ऋतुअनुसार वातपित्तकफको उत्पत्ति, वृद्धि तथा नाश	३९	१९
४३.	कहिल्यै रोग नलाग्ने उपाय	४०	१९
४४.	परिशिष्ट		२१
४५.	ग्रन्थमा उल्लेख गरिएअनुसारका अजीर्ण भएका वस्तुहरूको लागि फाइदा गर्ने कुरा वा पथ्यहरूको सूची		३०
४६.	विशेष शब्द र अर्थहरू		३६
४७.	सन्दर्भ ग्रन्थहरू		४५

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

श्रीरामचन्द्राय नमः ॥

मंगलाचरण

यो रावणं रणमुखे भुवनैकभारं हृत्वा चकार जगतः परमोपकारम् ॥

यो ब्रह्मवारि विदधे जलधेः[1] सुपारं तन्नौमि मैथिलसुताहृदयैकहारम् ॥१॥

श्रीमाहामंगलमूर्त्तये नमः ॥ जन्ले पृथ्विको भार गर्न्या रावनकन संग्रामविषे मारि जगत्को वडो उपकार गर्दाभया ॥ जन्ले वानर्हरूको फौदसमेत व्रह्मस्वरूपि समुद्रजलका पार हेलैले गर्दाभया ॥ सिताका हृदयका हारजस्ता भयाका एस्ता श्रीरामचन्द्रकन नमस्कार गरि कासिराजनामा ग्रन्थकार जो छं अजिर्णमंजरि नाउ भयाको ग्रन्थ बनाउँदछन् ॥१॥

प्रतिज्ञाः–जुनसुकै कार्यको पनि प्रारम्भ, मध्य र समाप्तिपछि मंगलाचरण गर्ने शिष्ट परम्परा अनुसार 'अजीर्णमञ्जरी' नामक प्रस्तुत ग्रन्थका ग्रन्थकार काशिराज सर्वप्रथम 'श्रीरामचन्द्राय नमः' भन्दै भगवान् श्रीरामचन्द्रको वन्दना गर्दछन् । ग्रन्थ निर्विघ्नतापूर्वक रचना गर्न सकियोस् भनेर प्रारम्भमा, प्रारम्भ भई कार्य अगाडि बढिरहेको अवस्थामा ग्रन्थ पूर्ण गराउन सकियोस् भनेर मध्यमावस्थामा, ईश्वरको कृपाले र ग्रन्थकारको आफ्नै प्रयत्नले पूर्ण भएको ग्रन्थलाई सम्बन्धित सबैले अध्ययन गरी लोकजीवनमा असल स्वास्थ्यको स्थापनाका लागि योगदान पुऱ्याउन् भन्ने मंगलकामना गर्नु नै मंगलाचरणको प्रयोजन हो ।

श्रीरामचन्द्राय नमः

भगवान् श्री रामचन्द्रलाई नमस्कार छ ॥

जसले युद्धमा पृथ्वीको एकमात्र भार बनेर आएको रावणलाई रणमैदानमा मारेर जगत्को परम उपकार गर्नुभयो, जो ब्रह्मस्वरूपको वारि गंगा र साथै अपार समुद्रको जलबाट समेत सहजै पार हुन र लगाउन सक्तछन्, जो मैथिलसुता मिथिलाकी राजकुमारी सतीशिरोमणि सीताका हृदयका एकमात्र हारको रूपमा शोभायमान छन् त्यस्ता मर्यादापुरूषोत्तम भगवान् श्री रामचन्द्रलाई म नमस्कार गर्दछु ॥१॥

१ 'यो ब्रह्मवारिदधिरे परतोऽपि पारम्' इत्यपि पाठान्तरं दृश्यते ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

नरिवल, आँप, घिउ, केरा, गहुँ, मासु, सुन्तला र पिंडालुको पाक

नारीकेलफलेषु तण्डुलमथ क्षीरं रसाले हितम् ।
जम्वीरोत्थरसो घृते समुचितं सर्पिस्तु मोचाफले ॥
गोधूमेषु च कर्कटी हिततमा मांसात्यये काञ्जिकम्[२] ।
नारंगे गुडभक्षणं च कथितं पिण्डालुके कोद्रवम् ॥२॥

नरिवलका गरिका कुपथ गऱ्यामा चावल षाया पाक हुंछ । आपले कुपथ गऱ्यामा दुद षाया पाक हुंछ । घेउले कुपथ गऱ्यामा ज्यामिर आदि गऱ्याका अमिलाले पाक हुंछ । केराले कुपथ गऱ्यामा घेउ षाया पाक हुंछ । गहुँले कुपथ गऱ्यामा काँक्रोले षाया पाक हुंछ । मासुले कुपथ गऱ्यामा दहिका पानिले पाक हुंछ । नारंगी- कमला सुंतलाले कुपथ गऱ्यामा गुडले पाक हुंछ । पिंडालुले कुपथ गऱ्यामा कोदो षाया पाष हुंछ ॥२॥

नरिवलका फलको कुपथ भएमा चामल खाएपछि पाक हुन्छ । आँपका फलले कुपथ गरेमा दुध खाएपछि हित गर्दछ । घिउले कुपथ गरेको भए जम्वीर वा ज्यामिरको रसले उचित पाक गर्दछ । मोचाफल अर्थात् केराले कुपथ भएमा घिउले पाक गर्दछ । गहूँले कुपथ गरेको भए कर्कटी अर्थात् काँक्रोले हित गर्दछ । मासुले कुपथ गरेको भए काञ्जी वा काञ्जिकले पाक गर्दछ नारंग अर्थात् सुन्तलाले कुपथ गरेको छभने गुडभक्षण गर्नाले (गुड खानाले) पाक हुन्छ । त्यसैगरी पिडालुले कुपथ गरेको छ भने कोद्रव अर्थात् कोदो खानाले हित हुन्छ भनिएको छ ॥२॥

पिसेको अन्न, चिरौजी, मास, दुध, बयर, काँचो आँप, माछा, मदिरा, कमलगट्टाको पाक

पिष्टान्ने सलिलं, प्रियालफलजे पथ्या हिता, माषजे-
खण्डं, क्षीरभवे तु तक्रमुचितं, कोष्णाम्वु कोलाम्रजे ।
मत्स्ये चूतफलं त्वजीर्णशमनं, मध्वम्वु[३] पानात्यये
तैलं पुष्करजे कटु प्रशमनं शेषांस्तु बुद्धया जयेत् ॥३॥

---

२ यहाँ पूर्वटीकाकारद्वारा 'काञ्जिक' को अर्थ दहीको पानी लगाएको देखिन्छ । वस्तुतः आयुर्वेदीय रसशास्त्रमा काञ्जी वा काञ्जिक भन्नाले धान आदि अन्नलाई केही दिन सन्धान गरेर छानिएको अमिलो तरलपदार्थ भनेर बताइएको छ ।

३ मह घोलिएको पानी ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

पिश्याका अन्नले कुपथ गऱ्यामा वासि चिसा पानिले पाक हुंछ। चिरौंजिले कुपथ गऱ्यामा हर्रा़ले पाक हुंछ। मासले कुपथ गऱ्यामा षाडले पाक हुंछ। दुदले कुपथ गऱ्यामा महिले पाक हुंछ। वयरले, काचा आपले कुपथ गऱ्यामा तातापानिले पाक हुंछ। माछाले कुपथ गऱ्यामा आपका कोईलाले गर्छ। वहुत पानि षाई कुपथ गऱ्यामा मह षाया पाक हुंछ अथवा मदिराले कुपथ गऱ्यामा महमा पानि मिसि खाया पाक हुंछ। कमलगताले कुपथ गऱ्यामा कडुवा तेल षाया पाक हुंछ। शेष आफ्ना बुद्धिले जांनु ॥३॥

पिसिएका अन्नले कुपथ भएमा पानीले पाक हुन्छ। चिरौंजीले कुपथ गरेमा हर्रोले पाक गर्दछ। माषले कुपथ गरेको भए खुँदो/सख्खरले पाक हुन्छ। दुधले कुपथ गरेको भए तक्र अर्थात् मही उचित हुन्छ। बयरले, काँचा आँपले कुपथ गरेको भए कोष्णाम्वु अर्थात् मनतातो पानीले पाक हुन्छ। मत्स्य अर्थात् माछाले कुपथ गरेको भए चूतफल अर्थात् आँपको फलले अजीर्णशमन गर्दछ। पानात्यय अर्थात् अत्यधिक मदिरा खाएर कुपथ भएको भए मध्वम्वु अर्थात् महपानी वा महमा पानी मिसेर खाएमा पाक हुन्छ। पुष्करज अर्थात् कमलगट्टाले कुपथ गरेको भए कडुवा तेल (तोरीको) खाएमा पाक हुन्छ। यसबाहेक शेष रहेका कुरा आफ्नै बुद्धिले विचार गरी कुपथबाट विजय प्राप्त गर्नुपर्दछ ॥३॥

कटहर, केरा, घिउ, ज्यामिरका रस र नुनको पाक

पनसे कदली कदलीषु घृतं घृतपाकविधावपि जंभरसः ॥
तदुपद्रवशान्तिकरं लवणं लवणेषु च तण्डुलवारि वरम् ॥४॥

कतहरले कुपथ गऱ्यामा केराले पाक गर्दछ। केराको पाक घेउले गर्दछ। घेउको पाक ज्यामिरको रसले गर्दछ। ज्यामिरका रसको पाक नुनले गर्दछ। नुनको पाक चौलानिले गर्दछ ॥४॥

कटहरले कुपथ गरेको भए केराले पाक गर्दछ। केराले कुपथ गरेको भए घिउले पाक गर्दछ। घृतपाक अर्थात् घिउको अजीर्णलाई पाक गर्नुपर्ने भए जम्भरस अर्थात् ज्यामिरको रसले पाक गर्दछ। त्यसैगरी ज्यामिरका रसको उपद्रवलाई नुनले पाक गर्दछ। नुनको पाकका लागि चौलानी श्रेष्ठ हुन्छ ॥४॥

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

नरिवल, ताडको बियाँ र चामलको पाक

नारिकेलफलतालबीजयोः पाचनं यदिह तण्डुलं विदुः ॥
ते वदन्ति मुनयोऽथ तण्डुलं क्षारवारि[४] परिपाचयत्यपि ॥५॥

नरिवलको र ताडफलको पाक चावलले गर्छ भनि चरकादि ग्रन्थकारि भन्याको छ। तनैले चावलको पाक जवषारको पानिले गर्छ अथवा लप्सिले गर्छ। अथवा षार हुन्या अपामार्गका रसका क्वाथले गर्छ भंछ ॥५॥

नारिकेलफल (नरिवल) र तालबीज (ताडको बियाँ)लाई पाचन गर्नुपर्ने भएमा चामलले गर्दछ, त्यसैगरी चामललाई पाक गर्नुपर्‍यो भने यवक्षार वा क्षारपानीले परिपाक गर्दछ भनेर आयुर्वेदज्ञ मुनिहरूले बताएका छन् ॥५॥

दारिम, अमला, ताडफल, निम्बु, बिमिरो, लवलीफलको पाक

दाडिमामलकताललतिण्डुकीबीजपूरलवलीफलानि वै ॥
बाकुलं[५] फलमतीव पाचयेत्पाकमेति बकुलं स्वमूलतः ॥६॥

दारिम, अवला, ताडफल, निंवु, विमिरा, लवलिः एसैलाई मधेसमा हर्फालेवदि भंछ। एतिको पाक अस्वकवृक्षफलले गर्छ। अस्वकफरका पाक तसैका जराले गर्छ ॥६॥

---

४ क्षारको पानी। यहाँ जौको क्षार र अपामार्गक्षारको उल्लेख छ। क्षार अजीर्णका लागि हितकारी हो। जौको क्षार बनाउनुपर्‍योभने बाली पुष्ट भएको अवस्थाको जौलाई उखेलेर सफा गरी सुकाउनुपर्छ। त्यसपछि सफा ठाउँमा राखी आगो लगाएर जलाउनुपर्छ। आगो निभेपछि त्यहाँ तयार भएको खरानीलाई सफा पानीमा डुबाउनुपर्छ। यसो गर्दा क्षारको भाग पानीमा घोलिन्छ र खरानीको भाग थिग्रिन्छ। थिग्रिएको भ्रगलाई पनि पानीमा डुबाउँदै पटक पटक छान्दै गर्दा त्यहाँ भएको क्षारको बाँकी भाग पनि जम्मा गर्न सकिन्छ। अब क्षार घोलिएको पानीलाई वाष्पीकरण गरिदिएपछि जौको क्षार यवक्षार तयार हुन्छ। यसैगरी अपामार्ग आदिको क्षार पनि बनाउन सकिन्छ। क्षारलाई अलि फिका वा हल्का बनाउनुपरेमा अथवा प्रयोग गर्न सजिलो बनाउनुपरेमा पानी मिसाएर प्रयोग गर्नसकिन्छ। यसैलाई क्षारवारि भनिएको हो। पूर्वटीकाकारले लप्सी पनि भनेका छन्। क्षारवारिले लप्सीलाई जनाउँदैन। लप्सीको पर्यायवाची नाम बहुवारक हो कि भन्ने हो भने पनि यहाँ यो शब्द छन्दोभंगकारक छ। अतः यहाँ क्षारवारि नै उपयुक्त शब्द हो।

५ पूर्वटीकाकारले 'बाकुलं' र 'बकुलं' को अर्थ अस्वकफल लगाएका छन्। 'अस्वक' शब्दले अश्वकलाई संकेत गरेको हो कि अशोकलाई अथवा अरूलाई हो यहाँ बुझिंदैन। प्रस्तुत पद्यमा पहिले बाकुलं फलं भनिएको छ। 'बकुलस्य इदं बाकुलम्' भनेर बकुलको फल अर्थ लगाउन सकिन्छ। बकुल भनेको मौलसिरी हो। टीकाकारको अस्वक फलको संकेतको समाधानका लागि विद्वानूहरूको ध्यान आकृष्ट होस् भन्ने अपेक्षा गरिएको छ। बकुललाई अशोक मान्ने विचार अमरकोशको पंक्ति(बकुलो वञ्जुलोऽशोके –बनौषधिवर्ग ६४ श्लोक)बाट आएजस्तो छ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

दारिम, अमला, ताडफल, निम्बु, विमिरो, लवलीफल वा हर्फा रेवडी यी ६ वस्तुको पाक वाकुल या मौलसिरीको फलले गर्दछ । मौलसिरीफलको पाक मौलसिरीकै जराले गर्दछ ॥६॥

महुवा, बेल, खिर्नी, फर्सा, खर्जूर, कत्था, घिउ र महको पाक

मधूकमालूरनृपादनानां परूषखर्जूरकपित्थकानाम् ॥

पाकाय पेयं पिचुमन्दबीजं घृतेपि तक्रेपि तदेव पथ्यम् ॥७॥

महुवा, वेल, खिनि, फर्सा, षजूर, कैथ एतिको पाक निमको फल घोति पिउनु पाक गर्छ। घेउको, महिको पाक पनि निमका फलले गर्छ ॥७॥

महुवा, बेल, खिर्नी, फर्सा, खजूर, कत्था यी वस्तुको पिचुमन्दबीज अर्थात् नीमको फल घोटी पिएमा पाक हुन्छ । त्यसै गरी घिउ र महीका लागि पनि त्यही नै पथ्य हुन्छ ॥७॥

गहूँ मास, चना, केराउ, मूँगी, खजूरी, कमलकन्द, कसेरू, मिश्री, दाख, महुवाको पाक

गोधूममाषहरिमन्थसतीनमुद्‌गपाको भवेज्झटिति मातुलपुत्रकेण ॥

खर्जूरिकाविसकसेरुसितासु शस्तं शृंगाटकं मधुफलाष्वपि भद्रमुस्तम् ॥८॥

गहु, मास, चाना, केराउ, मुगि एतिको कुपथ गर्‍यामा धतुराका वियाले पाक हुंछ । खजूरि, कमलको गाना, कसेरु, चिनि एतिको पाक सिंगाराले गर्छ दाकको अथवा महुवाको पाक नागरमोथाले गर्छ ॥८॥

गहूँ, मास, चना, केराउ, मूँगी यी खानेकुराहरूको कुपथ भएमा धतुराको बियाँले तुरुन्त पाक गर्दछ । खजुरी, कमलको गाना, कसेरु मोथे, चिनी या मिश्री यतिको पाक सिंघडाले राम्रोसित गर्दछ । दाख या महुवाको पाक नागरमोथेले गर्दछ ।

मासु, कटहर, खिन्रो, भैंसीको दुध, चिउरा, दालको पाक

पिशितपनसयोः स्यादाम्रबीजेन पाकः
कृशरमहिषयोषित्क्षीरयोः सैन्धवेन ॥
चिपिटपरिणतिः स्यात्पिप्पलीदीप्यकाभ्या-
मपहरति तुषाम्भो[६] वैदलानामजीर्णम् ॥९॥

---

६ यसलाई तुषोदक पनि भनिन्छ । जौको भूसलाई तुष भनिन्छ । भूस अर्थात तुषसमेतको जौलाई भिजाएर सन्धान (Fermentation) गरिएकोले यसलाई तुषोदक वा तुषाम्भ भनिएको हो । तुषाम्भ अग्निदीपक हुन्छ । सामान्यतया तीन दिन सन्धान गरेपछि तुषाम्भ तयार हुन्छ । निस्तुष जौ अर्थात् भुस उडाएको जौलाई भिजाई सन्धान गरेर तयार गरिएकालाई चाहिं सौवीर भनिन्छ ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

मास, कटहरको पाक आपका कोईलाले गर्छ। षिच्रो, भैसिका दुधको पाक सिन्धानुनले गर्छ। चिहुराको पाक पिपला अजमोराले गर्छ। द्विदर भयाकि मास मसुरादि तन्को पाक भुसका भीगामा तताायाको पानिले तुषांभले गर्छ। दलि भूस मूसीतको जउ पानिमा राषनु तिन दिनपछि त्यो तुषांभ कहिंछ ॥९॥

मासु र कटहरको पाक आँपका कोयाले गर्छ । खिच्रो वा खिचडी र भैंसीका दुधको पाक सैन्धवलवण अर्थात् सिधेनुनले गर्दछ । चिउराको पाक पिप्ला र अजमोदाले गर्दछ । द्विदल भनिने मास, मुसुरो आदि दुई दल (दिउल) हुने दलहनको पाक तुषाम्भले गर्छ । जौको तुष अर्थात् भूससमेतको जौलाई तीन दिनसम्म पानीमा भिजाएर राखेपछि त्यस्तो पानीलाई तुषाम्भ भनिन्छ ॥९॥

कपूर, सुपारी, पान, केशर, जाईफल, जाईपत्री, कस्तूरी, शिलारस, नरिवलको पानीको पाक

कर्पूरपूंगीफलनागवल्लीकाश्मीरजातीफलजातिकोशम् ॥

कस्तूरिकासिल्हकनारिकेलजलं पचत्याशु समुद्रफेनः ॥१०॥

कपूर सुपारि, पान, केशर, जाईफल, जाइपत्रि, कस्तुरि, शिलारस, नरिवलको दुत एतिको पाक समुद्रफेनले गर्छ ॥१०॥

कपूर, सुपारी, पान, केशर, जाइफल, जाइपत्री, कस्तूरी, शिलारस, नरिवलको पानी यी सबैको पाक समुद्रफेनले छिटो गर्दछ ॥१०॥

सामा, नीवार, गहत, षष्टिक, बोडी, भटमास, कागुनू, अमिली र आँपको पाक

श्यामाकनीवारकुलत्थषष्टीनिष्पावकंगूः दधिमण्डक[७]स्तु ।

चिञ्चाकुलत्थौ तिलतैलयोगाज्जटाब्धिनादस्य[८] निहन्त्यथाम्रम् ॥११॥

---

७ दधिमण्डक भनेको दहीको मस्तु हो । मस्तु भनेको दहीको पानी हो । दहीको तर भनेको दहीको माथिल्लो भागमा रहेको बाक्लो चिल्लो भाग हो जसलाई दधिसर पनि भन्दछन् । प्रस्तुत पद्यमा रहेको दधिमण्डक शब्दले दहीको तर होइन दहीमा तहरिएको पानी अर्थात् दहीको पानीलाई बुझाउँछ ।

८ 'जटाब्धिनादश्च' यस्तो पाठ उपयुक्त हुन्छ । अब्धि समुद्र हो र मेघ समुद्रबाटै उठ्ने भएकोले मेघनाद अर्थ उचित हुन्छ । टीकाकारले यहाँ मोथेको जरालाई पनि जोडेका छन् ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

सामा, बनमा आफैं भयाको धान, गहत, साठि दिनमा पाकन्या धान, बोडि, भतमास, कागुनु एतिको पाक दहिका तरले गर्छ। अमिरिको र गहतको पाक तिलतेलले गर्छ। आमको पाक मोथ्याका जराले गर्छ अथवा लुहुद्याले गर्छ ॥११॥

सामा, बनमा आफैं उम्रेर फलेको नीवार धान, गहत, साठी दिनमा पाक्ने षष्टिक धान, बोडी, भटमास र कागुनूको पाक दधिमण्डक या दहीको पानीले गर्दछ । अमिली र गहतको पाक तिलको तेलले गर्दछ । आँपको पाक मोथेको जरा वा लुडेले गर्छ ॥११॥

कसेरु, सिंगडा, कमलकन्द, दाख, छोहोरा, खुँदो/सख्खर, उखुको रसको पाक

कशेरुशृंगाटमृणालमृद्वीखर्जूरखण्डा अपि नागरेण ।

पलाशभष्माम्वु[९] तथार्द्रजो वा रसो निहन्याद्रसमिक्षुजातम् ॥१२॥

कसेरु, शिंगाडा, कमलको गाना, दाख, छोहरा, षाड एतिको पाक सुठाले गर्छ। उषुका रसको पाक अदुवाका रसले गर्छ । अथवा पलासका पातको भस्ममा पानि रयालि षानु पाक हुन्छ ॥१२॥

कसेरु, सिंगडा, कमलकन्द, दाख, छोहोरा र खुँदो/सख्खरको पाक सुठोले गर्दछ । उखुको रसको पाक अदुवाको रसले गर्दछ । अथवा पलाशका पातको भष्म पानीमा घोलेर खाए पनि उखुका रसको पाक हुन्छ ॥१२॥

घिउ, तेल, कटहर, अमलाको पाक

अम्लेन केनाप्यथवोषणेन कोष्णाम्वुना वा घृतमेति पाकम् ।

तिलादितैलान्यपि काञ्जिकेन सर्जस्य मज्जा पनसामलक्योः ॥१३॥

घेउको पाक अमिलाले अथवा मरिचादिका पिराले अथवा ताता पानिले गर्छ। तिल आदि गऱ्याका सबै तेलको पाक दहिका पानिले[१०] गर्छ। कटहरको र अमलाको पाक सल्लाका बिजका गुदिले गर्छ ॥१३॥

---

९ पलाशलाई क्षारश्रेष्ठ पनि भनिन्छ । पलाशभष्माम्वु भनेको पलाशको क्षार पानीमा मिसाएकोलाई भन्न खोजिएको हो । यसलाई पनि क्षार निर्माण विधि अनुसार पलाशपत्रको खरानीबाट तयार गरिन्छ ।

१० यहाँ काञ्जिकको अर्थ दहीको पानी भनिएको छ । काञ्जिकको अर्थ दहीको पानी नभई धान आदिलाई सन्धान गरी तयार गरिएको काञ्जी या धानको अमिलो अर्थ लगाउनुपर्दछ ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

कुनै पनि अमिलो अथवा मरिचजस्तै पिरोले र मनतातो पानीले घिउको पाक गर्दछ। तिल र तोरी आदि सबै खालका तेलको पाक काञ्जिक वा धानको अमिलोले गर्दछ। सल्लाका बीजको मज्जा वा सल्लाको गुदीले कटहर र अमलाको पाक गर्दछ ॥१३॥

माछामासुको पाक

किमत्र चित्रं बहुमांसमत्स्यभोजी सुखी स्यात् परिपीय सुक्तम्[11] ॥

अत्यद्‌भुतं केवलमग्निपक्वमांसेन मत्स्यः परिपाकमेति ॥१४॥

गुडभन्दा दोबर मह, महभन्दा दोबर कांजि, कांजिभन्दा दोबर हिंग ई चार वस्तु नयाँ माताका भाडामा हालि तिन दिनसम्म भकारिभित्रका धानमा राषनु यो सुक्त कहिन्छ। एसैले बहुतै मासुमाछा षायामा परिपाक हुन्छ भनि यसमा क्या आश्चर्य छ। आगामा पोल्याका माछा षायाका पाक मासुले गर्छ यो पो बडो आश्चर्य छ ॥१४॥

ज्यादै माछामासु खाएर कुपथ भएको छभने शुक्तले पाक गर्दछ। यसरी शुक्तले पाक गरेकोमा आश्चर्य मान्नुपर्दैन। अद्‌भुत आश्चर्यजनक कुराचाहिं के हो भने केवल आगामा पोलेको मासुले माछाको परिपाक गर्दछ ॥१४॥

मालेवा, परेवा, मुजुर, भद्राइका मासुको पाक

कपोतपारावतनीलकण्ठकपिञ्जलानां पिशितानि जग्ध्वा।

काशस्य मूलं परिपीय पिष्टं सुखी भवेद् वा बहुशोऽनुभूतम् ॥१५॥

मालवा, परेवा, मयूर, भद्राइ एतिको मासु षाई अपच भयामा कासको जरो पिसि पानीमा रयालि पिउनु र तसै क्षणमा पाक हुन्छ। यो बहुतै वार वैद्यले अनुभव गर्‍याको छ ॥१५॥

मालेवा, परेवा, मुजुर र भद्राइको मासु खाएर कुपथ भएमा काँसको जरालाई घोटेर पानीमा घोली खाएमा पाक हुन्छ। यो धेरै वैद्यको अनुभूत कुरा हो ॥१५॥

---

११ शुक्त विभिन्न प्रकारका हुन्छन्। गुडशुक्त,मधुशुक्त आदि। गुड-माक्षिक-धान्याम्ल-मस्त्विक्षु द्विगुणं क्रमात्। त्रिरात्रं धान्यराशिस्थं शुक्तं चुक्रं तदुच्यते ॥–कैयदेवनिघण्टुः मद्यवर्ग ४०२। यन्मस्त्वादिशुचौ भाण्डे सगुडक्षौद्रकाञ्जिकम्। धान्यराशौ त्रिरात्रस्थं शुक्तं चुक्रं तदुच्यते ॥–चक्रपाणिः ॥ यहाँ पूर्व टीकाकारले सबभन्दा बढी हिङको उल्लेख गरेका छन्। यो विचारणीय छ किनभने हिङ फान्नका लागि मात्र हुनुपर्छ। कैयदेवनिघण्टुका अनुसार गुडभन्दा दोबर मह,महभन्दा दोबर काञ्जी, काञ्जीभन्दा दोबर मस्तु, मस्तुभन्दा दोबर उखु यिनलाई तीन दिनसम्म धानमा राखेपछि शुक्त तयार हुन्छ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

सिखरिणी, गाईको दुध, भैंसीको दुधदहीको पाक

व्योषै रसाला[१२] सुरभीपयस्तु मण्डेन कोष्णेन विपाकमेति ॥

शंखस्य चूर्णेन हयारिनारीपयोदधि क्षिप्रमुपैति पाकम् ॥१६॥

सिषर्णिको पाक सुठो, मरिच, पिपलाका चूर्णले गर्छ । गाइका दुधको पाक मनताता माडले गर्छ । भैंसिका दुददहिको पाक शंखचूर्णले चाँडै गर्छ ॥

सिखरिणी या रावडीको पाक त्रिकटु या सुठो मरिच र पिपलाको चूर्णले गर्दछ । गाईको दुधको पाक मनतातो माडले गर्छ । भैंसीका दुध र दहीको पाक शंखको चूर्णले छिटै गर्दछ ॥१६॥

बारा, फिनी, गुडपाप्री, लड्डू, मालपुवा, रोटी, सेल, खास्तापुरी, मनभोग र पक्वान्नको पाक

वटो वेशवारा[१३]ल्लवंगेन फेणी समं पर्पटः[१४] शिग्रुबीजेन याति ॥

कणामूलतो लड्डुकापूपसट्टादि[१५]पाको भवेच्छष्कुलीमण्डयो[१६]श्च ॥१७॥

---

१२ भैंसीको अमिलो दहीलाई सफा नरम कपडाले छानेर पानी तहऱ्याएर अम्वुरहित तुल्याई त्यसमा सख्खर/मिश्री मिसाएर राम्ररी घोल्ने । त्यसपछि त्यसमा दुईगुना दुध मिलाउने । वास्नाका लागि अलैंची, ल्वाङ्ग,कपूर र मरीच हालिदिने । यसलाई रसाला भन्दछन् जसलाई सर्वप्रथम भीमसेनले बनाएको र कृष्णले खाएको बताइन्छ । यसैलाई सिखरिणी पनि भनिन्छ ।

आदौ माहिषमम्लमम्बुरहितं दध्याढकं शर्करां । शुभ्रां प्रस्थयुगोन्मितां शुचिपटे किञ्चिच्च किञ्चित्क्षिपेत् ॥
दुग्धेनार्द्धघटेन मृण्मयनवस्थाल्यां दृढं स्रावयेत् । एलाबीजलवंगचन्द्रमरिचैर्योग्यैश्च तं योजयेत् ॥
भीमेन प्रियभोजनेन रचिता नाम्ना रसाला स्वयम् । श्रीकृष्णेन पुनः पुनरिमं प्रीत्या समास्वादिता ॥
एषा येन वसन्तवर्जितदिने संसेव्यते नित्यशस्तस्य स्यादतिवीर्यवृद्धिरनिशं सर्वेन्द्रियाणं बलम् ॥–भावप्रकाशनिघण्डुः ।

१३ द्रव्याणि वेशवारस्य नागवल्लीदलानि च । तण्डुलांश्च लवंगानि मरिचानि समासतः ॥ यसरी पान,चामल, ल्वाङ र मरिचको मिश्रण गरी बनाएको मसला वेसवार हो । वेसवार विशेष मसलाको रूपमा हालेर बनाएको परिकारलाई पनि वेसवार भन्ने गरिएको पाइन्छ । बेसार, हिङ, अदुवा मरिच, जिरो,हलेदो, धनियाँ यी ६ वस्तुलाई क्रमशः पहिलोभन्दा दोस्रोलाई दुईगुना पार्दै तयार पारिएको मसला पनि वेसवार हो । प्रस्तुत पद्यका टीकाकारले संकलन गरेको यस्तै मसला हो । नेपाली भाषाको शब्द बेसार यही वेशवार शब्दकै अपभ्रंश हुनसक्छ ।

१४ पर्पट भनेको पापडी हो । टीकाकारले यसको अर्थ गुडपापडी भनेका छन् । यो सख्खर पगालेर पर्पटी बनाउने विधिले तयार गरिएको हुन्छ । यहाँ मिष्टान्नकै चर्चा गरिएकोले गुडपाप्री नै बुझ्नसकिन्छ ।

१५ सट्टा राम्रो जमेको र तर झिकेको दहीमा सुठो मरिच, पिप्ला, अनारको रस र चितूको चूर्ण मिलाई बनाइन्छ ।

१६ शष्कुली भनेको खास्ता पुरी हो भने मण्ड भनेको मीठो नरम र केटाकेटीले पनि खान हुने गुण भएको एकथरि हलुवाको

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

सिधोनुन, सुठो, मरिच, पिपला, धनियाँ, जिरो, हलेदो, हिड ई सभइ औषधि पिन्ही दारिमका रसमा पिसी गोली बनाउनु यो वेसवार कहिंछ । वराको पाक एसै वेसवारले गर्छ । फिनिको पाक ल्वांगले गर्छ। गुडपाप्रिको पाक सैजनका बियाँले गर्छ। लड्डु, मालपुवा, रोति, सेल, मनभोग र इतादि पकाइको पाक पिपलजरिका क्वाथले गर्छ ॥१७॥

सिधेनुन, सुठो, मरिच, पिपला, धनिया, जीरा, हलेदो, हिङ यी सबैलाई एकत्रित गरी दाडिमको रसमा पिसेर गोली बनाई वेशवार तयार गरिन्छ। वेशवारले बारा/वरा/वडा/वाडाको पाक गर्दछ । फिनीको पाक ल्वाङले गर्दछ । सहिजनका बियाँले गुडपाप्रीको पाक गर्दछ । लड्डू, मालपुवा, रोटी, सेल, खास्ता पुरी, मनभोग र तारी पकाइएका पक्वान्नको पाक पिपलाका जराको क्वाथले गर्दछ ॥१७॥

दुम्सी, गोहोरो, गैंडा, कछुवाको मासु र आरनालको पाक

श्वाविद्गोधागण्डकाश्चित्रतैलाद्यावक्षारात्[१७] कोलकूर्मादयोऽपि ॥

जीर्यत्येवं पायसो मुद्गयूषात्[१८] सामुद्राद्यादारनालः[१९] सुखाय ॥१८॥

दुम्सी, गोहोरो, गैंडा एतिको मासुको पाक अरिडका तेलले गर्छ । बनेलका मासु, कछुवाका इत्यादिका मासुले कुपथ गऱ्यामा जवाषारले पाक गर्छ। खीरक्व पाक मुगिका क्वाथले गर्छ। आरनार भन्याको मदिरा विशेष छ तसको पाक समुद्रादि पाँच नूनले गर्छ ॥१८॥

दुम्सी, गोहोरो र गैंडाको मासुले कुपथ भएमा अरिणको तेलले पाक गर्दछ। बँदेल र कछुवाको मासु खाई कुपथ भएमा जौको क्षार (यवक्षार) वा जवाखारले पाक गर्छ। खीरको पाक मूँगको क्वाथले गर्दछ । आरनालनामक एक खालको मदिराको सामुद्र आदि पाँच किसिमका लवणबाट पाक हुन्छ ॥१८॥

परिकार हो । अर्को मण्डक भन्ने पनि परिकार छ । स्युर्मण्डकाः मण्डलिनः कर्परदिषु पाचिताः । महान्तो विस्तृताः सूक्ष्मा लघवो लम्बुकाश्च ते । यसलाई रोटी वा तन्दुरी पनि मान्न सकिन्छ ।

१७ यावक्षार= यव(जौ)को क्षारलाई यावक्षार भनिएको हो ।

१८ पकाएर तयार पारिएको मूँगको दाललाई छानेर बाँकी रहेको छोक्रा हटाइएको रसमात्रलाई मुद्गयूष भनिन्छ । सम्पूर्ण दाललाई सूप भनिन्छ ।

१९ आरनाल भनेको काञ्जिकजस्तै हो । धान, भातको माड, आदिलाई सन्धान गरी बनाइएको काञ्जी होभने भूसरहित गहूँलाई भिजाएर तयार गरिएकोलाई आरनाल भनिन्छ । काञ्जिक, आरनाल, शुक्त यी सबै एक किसिमका मद्य नै हुन् ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

दीर्घकालोपपन्न पानीको अजीर्ण

तप्तं तप्तं हेम वा रुप्यमग्नौ वारं वारं क्षिप्तमम्भःसु तच्च ॥

पीत्वावश्यं दीर्घकालोपपन्नमम्भोजीर्णं शीघ्रमेवं जहाति ॥१९॥

सुन अथवा रूपो बारबार तताउँदै पानिमा चोभदै गर्नु। त्यो पानि जहासंम तातो भयाको छइन ताहासंम चोभदैगर्नु त्यो पानि पियापछि ढेरै कालस्म रह्याको पानिको कुपथ समन हुंछ ॥१९॥

सुन अथवा चाँदीलाई तताउँदै रातो भएपछि पानीमा चोब्ने । पानी नतातुञ्जेलसम्म यसै गरी वारवार तताउँदै चोब्दै गर्नुपर्छ । यसरी तयार भएको तातो पानीलाई पिएमा लामो समयदेखिको पानीको कुपथ शमन हुन्छ ॥१९॥

पालुंगो, नाडीशाक, करेला, भिंडा, तामा, मूला, पवइ, लौका, परवर आदि सागको पाक

पालंकिकाकेमुक[20]कारवेल्लवार्ताकवंशांकुरमूलकानाम् ॥

उपोदिकालावुपटोलकानां सिद्धार्थको मेघरवश्च पक्ता ॥२०॥

पालुंगा, रातो मूला अथवा करेमु, करेला, भिडा, टुसा तामा, मूला, पवइशाक, लहुको, परवर इत्यादि साकको कुपथ भया सर्सिउका छोपले अथवा लुद्याको साकले नास गर्छ ॥२०॥

पालुंगो, केमुक अर्थात् केमुआँ वा नाडीशाक, करेला, भिँडा, तामाटुसा, मूला, पवइसाग, लौका, परवर आदि सागको पाक सर्सिउँको छोप अथवा लुडेको सागले गर्दछ ॥२०॥

केराउ, सुन्तला, ज्यामिर, मदिरा आदिको पाक

शुण्ठी सतीनस्य च नागरंगजम्वीरयोः कोद्रवको निहन्ता ॥

जरामिरा गैरिकचन्दनाभ्यामभ्येति पाकं बहुशोऽनुभूतम् ॥२१॥

केराउको पाक सुथोले गर्छ। नारंगी, काष्छा ज्यामिरको पाक कोदाले गर्छ। मदको कुपथ भयामा गेरु, चन्दनले पाक गर्छ। यो वहुतै वैदेले अनुभव गऱ्याको छ ॥२१॥

---

२० केमुक भनेको नाडीशाक हुनुपर्छ ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

केराउको पाक शूठोले गर्दछ । नारंग वा सुन्तला र काठज्यामिरको पाक कोदाले गर्छ । मदिराका मदको कुपथ भएमा गैरिक वा गेरु र चन्दनले पाक गर्दछ । यो धेरै वैद्यहरूको अनुभूत कुरा हो ॥२१॥

परवर, तामाटुसा, करेला, लौका आदिको पाक

पटोलवंशांकुरकारवेल्लफलान्यलाबूनि बहूनि जग्ध्वा ॥

क्षारोदकं ब्रह्मतरोर्निपीय भोक्तुं पुनर्वाञ्छति तावदेव ॥२२॥

परवर, तामातुसा, करेरा, लहुको ईत्यादि वहुत षाई कुपथ भयामा पलासको भस्म जलमा रयलि षायाहुदि पाक हुंछ। फेरि पनि खान तति इच्छा गर्छ ॥२२॥

परवर, तामाटुसा, करेला, लौका आदि खाएर कुपथ भएमा पलाशको भष्म पानीमा घोली खाएमा पाक हुन्छ । यसरी पाक भएपछि फेरि पनि खान मन लगाउँदछ ॥२२॥

सूरण, आलु/तरूल, हलेदो, चूनको पाक

विपच्यते सूरणकं गुडेन तथालुकं तण्डुलतोयपानात् ॥

जम्वीरनीरेण निशारसोऽपि मुस्तेन चूर्णं परिपाकमेति ॥२३॥

सुरनको पाक गुडले गर्छ। आरु, तरुलको पाक चोरानीले गर्छ। हलेदाको पाक ज्याविरका रस गर्छ। चूनको कुपथ भयामा मोथ्याले गर्छ ॥२३॥

सूरण या ओलको पाक गुडले गर्दछ। आलु र तरुलको पाक चौलानी पिएपछि हुन्छ। हलेदाको कुपथ भएमा त्यसको पाक ज्यामिरका रसले गर्दछ । चूनको कुपथ भएमा मोथेले पाक गर्दछ ॥२३॥

बन्धूक, सर्सिउँ, बेथे र सागहरूको पाक

बन्धूकसिद्धार्थकवास्तुकानां गायत्रिसारक्वथितेन पाकः ॥

शाकानि सर्वाण्युपयान्ति पाकं क्षारेण सद्यस्तिलनालजेन ॥२४॥

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

लटयातरी वा सर्सिउ तोरि, बेथुवा ईत्यादि शाकको पाक खएरका क्वाथले गर्छ। सबै जातका साकको पाक तिलका झिगता पोलि भस्म गरि पानिसँग रयारि पिउन दिनु पाक गर्छ ॥२४॥

बन्धूक,[२१] तोरी वा सर्सिउँ, बेथे आदि सागको पाक खयरका सारको क्वाथले गर्दछ। सबै जातका सागको तिलनालको क्षारले तत्काल पाक गर्दछ ॥२४॥

अमारो, डुम्री, पिप्पल, पाखरी, वर आदिका फल र चिरौजीको मज्जाको पाक

आम्रातकोदुम्बरपिप्पलानां फलानि हि प्लक्षवटादिकानाम् ॥

स्युः शर्मणे पर्युषितोदकेन प्रियालमज्जा च कदुष्णकेन ॥२५॥

अमारो, डुम्रि, पिपल, अमिली अथवा पाषरि, वर इत्यादिका फलको पाक वासिपानिले गर्छ। चिरउजिको पाका मंताता पानीले गर्छ ॥२५॥

अमारो, डुम्री, पिप्पल, पाखरी, वर आदिका फलको पाक पर्युषितोदक या बासी पानीले गर्दछ। चिरौंजीको मज्जा वा गुदीको पाक मनतातो पानीले गर्दछ ॥२५॥

चिल्लो पदार्थको अजीर्ण, अतिसारको बह, मासको मस्यौरा र अमिलीको पाक

स्नेहाजीर्णे रोगिणम् मुद्गचूर्णं ज्वालां मुस्तो हन्ति वैरेचकाणाम् ॥

माषेण्डर्या[२२] निम्बमूलेन पाकश्चिञ्चा मुञ्चत्यम्लतां चूर्णयोगात् ॥२६॥

रोगीलाई चिल्लाको अजिर्ण भया मुगीका चुर्णले पाक हुंछ। अतिसारको वह मोथाले समन गर्छ। मासका तितौराले कुपथ भयामा निमका जरा घोति षानु पाक हुंछ। अमिलिले कुपथ गऱ्यामा चूनले पाक गर्छ ॥२६॥

---

२१ यहाँ बन्धूक छुटेको छ सिद्धार्थकको अर्थ लट्यातरी वा सर्सिउँतरी गरिएको छ। बन्धूक भनेको दोपहरे फूल हो। बन्धूको बन्धुजीवश्च रक्तो माध्यान्हिकोऽपि च –भावप्रकाशनिघण्टुः। यो मध्यान्हमा फुल्छ। यसैले दोपहरिया भनिएको हो। नेपाली निघण्टुका निघण्टुकार कोषनाथ देवकोटाले यसलाई दोपहरे र बारमासे पनि भनेका छन्।

२२ माष+इण्डरी= माषको मस्यौरा।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

रोगीलाई चिल्लो पदार्थको अजीर्ण भएको छ भने मूगीका चूर्णले पाक हुन्छ। अतिसारको बह[२३] लागेको छभने मोथेले शमन गर्दछ। मासका मस्यौराले कुपथ भएको छभने निमको जरा घोटेर खाए पाक हुन्छ। अमिलीले कुपथ गरेको भए चूनले पाक गर्दछ ॥२६॥

उष्णपदार्थ, शीतपदार्थ, अमिलो, चिल्ला वस्तुको र वमनको पाक

उष्णेन शीतं शिशिरेण चोष्णमम्लेन च क्षारगणो गुणाय ॥

स्नेहेन तीक्ष्णं वमनातियोगे सिता हिता स्यादिति काशिराजः[२४] ॥२७॥

गर्मिवस्तुले अजिर्ण भयामा चिसावस्तुले पाक हुंछ। चिसावस्तुले अजिर्ण भयामा गर्मिवस्तुले पाक हुंछ। अमिलाले कुपथ भयामा नूनका जातिले पाक गर्छ। चिल्लाले अजिर्ण भयामा मरिचले पाक गर्छ। वमन वहुतै हुंछ भन्या चिनिले वमन थामिंछ भंनि सचो वचन छ ॥२७॥

ताता वस्तुले अजीर्ण भएको भए चिसा वस्तुले पाक हुन्छ। चिसा वस्तुले अजीर्ण भएको भए ताता वस्तुले पाक हुन्छ। अमिलाले कुपथ भएको भए क्षारगण या नुनका जातिले पाक गर्दछ। चिल्लो वस्तुले अजीर्ण भएको भए मरिचले पाक गर्दछ। ज्यादा वमन हुन्छ भने सिता या मिश्रीले पाक गर्दछ। यो काशिराजको साँचो भनाइ हो ॥२७॥

पानको चूनले मुख पोलेमा

ताम्बूलमध्यस्थितचूर्णकेण सन्दह्यते यस्य मुखं नरस्य ॥

तैलेन वा केवलकाञ्जिकेन सुखाय गण्डूषमसौ विदध्यात् ॥२८॥

पानका विरामा हल्याका चूनले मुषमा पोऱ्याको छभन्या तलले कुल्ला गर्नु अथवा दहिका पानिले कुल्ला गर्नु र सुष हुंछ।

पानको विडामा हालेको चूनले मुखमा पोलेको छभने तेलले अथवा केवल काञ्जीले कुल्ला गरेपछि ठिक हुन्छ ॥२८॥

---

२३ पेट दुख्ने र मुखमा पानी चढिरहने अवस्थालाई बह लाग्नु भनिन्छ।

२४ स्यादिति सत्यवादः। इति पाठान्तरम्। तर, इति काशिराजः भन्ने पाठले यो ग्रन्थ काशिराजले बनाएको भन्ने मत पनि जनाउने भएकोले यहाँ यो पाठ स्वीकार गरियो।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

नस्यजरोग, अञ्जनजन्यरोग, धूमगद र अत्यधिक अश्रुविरेचन भएमा

शीतोदकं नस्यजरोगहारी नारीपयश्चाञ्जनरुग्विनाशी ॥

शैलोदकं धूमगदे प्रशस्तं धात्रीप्रलेपोऽतिविरेचनेषु ॥२९॥

वासि पानि नाषबात पिया पिनासरोग निको गर्छ। स्त्रीका दुतले आषा धोयापछि आषाको रोग नास हुंछ। धुवाले दुख्याको आषाको रोग सिलाजितले नास हुन्छ। वहुत अषादेखि आँसु चुहुत कपालमा अवला लेप गर्नु निको हुंछ ॥२९॥

चिसो पानी नाकले पिएमा नस्यजरोग वा नस्यको दोषबाट उत्पन्न नाकको रोग निको हुन्छ । नारीको दुधले आखा धोएमा आँखाको अञ्जनरोग वा अञ्जनको दोषबाट उत्पन्न नेत्ररोग नाश हुन्छ । धुवाँले गर्दा लागेको आँखाको रोगलाई शिलाजितले फाइदा गर्दछ । आँखाबाट ज्यादा आँसु आउँछ भने कपालमा अमला लेप गर्नाले निको हुन्छ ॥२९॥

थकाइको कारणले हुने अजीर्ण, सम्भोगपछिको थकाइ र सम्भोगको अतिरेकमा

मृगस्य मांसं श्रमजेऽनुकूलं प्रभातसुप्तिः सुरतावसाने ॥

क्षीरोषणा सैन्धवसाधितं तु छागाण्डमुक्तं सुरतातिरेके ॥३०॥

थकाईदेषि अजिर्ण भयामा मृगका मासुले पाक हुंछ । स्त्रिसंग गरि थकाई भयामा प्रातकालविषे २-४ घरि सुतनु थकाई जान्छ । वहुत स्त्रिसंग भोग गरि निर्वल भयामा पनि वोक्याका अंड दुतमा पकाउनु तसपछि दुतदेषी त्यो अंडा निकासि घेउमा पकाउनु सिधो नुन हालि पकावनु पछि पिपलाको चूर्ण हाली एसरितले सिंग गऱ्याको वोक्याको अंड खानु र धातुवल वधछ ॥३०॥

श्रम या थकाइले अजीर्ण भएको छभने मृगका मासुले पाक गर्दछ । सम्भोग गरेर थकाइ लागेको छभने बिहान सुतेपछि थकाइ जान्छ। धेरै स्त्रीसँग सम्भोग गरेर निर्वल भएको अवस्थामा दुधमा पकाएको सिंग भएको बोकाको अण्डालाई घिउमा तारी सिधेनुन र पिप्लाको चूर्ण हालेर खाएमा धातुको बल बढाउँदछ ॥३०॥

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

कर्णपूरणजन्य र कवलजन्यरोगमा

श्रवणपूरणजे तिलतैलतः श्रवणपूरणमेव सुखं विदुः ॥

कवलजेषु गदेष्वथ कारयेत् कवलमार्द्रकजद्रवजं पुनः ॥३१॥

कान चिलाउन्या रोग भया तिलको तेल कानभरी हाल्नु निको हुंछ मुष गन्हाउन्या रोग भया अदुवाका रस कुल्ला गर्नु मुषको गन्हाउन्या रोग हर्छ ॥३१॥

कानमा तेल भरेको कारणले कान चिलाउने भएमा तिलको तेलले कर्णपूरण अर्थात् कानमा तेल भर्ने गर्दा निको हुन्छ । कुल्ला गरेका कारणले मुखको रोग लागेको छभने अदुवाका रसको कवलधारण गर्दा ठिक हुन्छ ॥३१॥

खर्बुजो, तर्बुजो, काँक्रो, फर्सी, कुभिण्डोको पाक

एर्वारुचीनारुकयोः फलानि कूष्माण्डकं च त्रपुसीफलं च ॥

निहन्ति सद्यो हि करञ्जबीजं सारं यथैवारणिमूलमेकम् ॥३२॥

षर्वुजो, तर्वुजो, काको, फर्सि, कुभिण्डा एतिको कुफत भयामा कुविराक्ष घोति पिनु पाक हुंछ जस्तै गिन्यारिका जराले अतिसार थामछ तस्तै गरि एसले पाक गर्छ ॥३२॥

खर्बुजो, तर्बुजो, काँक्रो, फर्सी र कुभिण्डाले कुपथ गरेमा कुवेराक्षलाई घोटी पिएमा पाक हुन्छ । जसरी गिनेरीका जराले अतिसार थाम्दछ त्यसैगरी यसले पाक गर्दछ ॥३२॥

स्त्रीसम्भोगजन्य एवं विलासजन्य विकारमा

स्त्रीकेशाम्वु निपीतमाशु हन्यात् प्राचीनामलकं सपाणिमर्दम् ॥

शुण्ठीधान्यकवारि हन्ति सद्यस्तांस्तांन्येव विलासजान् विकारान् ॥३३॥

स्त्रिसंभोग गरि विगार भयामाहा स्त्रीको चुल्ठो धोइ पिउनु पनेरले सहित भयाको पानि अवला षान दिनु शुठो धनिञ्चुके क्वाथ पिउनु र स्त्रीसंभोगदेखि भयाको विकार जान्छ ॥३३॥

नारीको चुल्ठो धोएको पानी पिएमा स्त्रीसम्भोगबाट भएको बिगार ठिक हुन्छ । पाणिमर्द या पनेर र पानी अमला मिलाएर खाएमा तथा शुठो र धनियाँको क्वाथ पिएमा सम्भोगजन्य या विलासजन्य विकार नाश हुन्छन् ॥३३॥

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

मदिरा नलाग्ने मद्यगन्ध हटाउने उपाय

मदयति न हि मद्यं जातु चेत्पीतमद्यः
पिबति घृतसमेतां शर्करामेव सद्यः ॥
अथ घनमधुकैलाकुष्ठधान्यैलवालु–
प्रकटितकवलास्ये मद्यगन्धोऽपि न स्यात् ॥३४॥

मद पियापछि रगतै घिउचिनी षानु र मदिरा लाग्दैन। मोथे, जेठिमधु, अलैचि, कूठ, धनिञा, सुगन्धिद्रव्य एति औषधिको गोली तुल्याई मुष राखनु मदको गन्ध आउँदैन ॥३४॥

मद पिएपछि लगत्तै घिउचिनी खाएमा मदिराको मद लाग्दैन। मोथे, जेठीमधु, अलैंची, कूठ, धनियाँ र सुगन्धिद्रव्य मिलाएर गोली बनाई मुखमा राखेमा मदको गन्ध आउँदैन।

कोदाको र धतुराको मात लागेमा

कूष्माण्डकस्यापि[२५] रसो गुडेन पीतो मदं कोद्रवजं निहन्ति ॥
पयो निपीतं सितया समेतमुन्मत्तमत्तं समयाकरोति ॥३५॥

कुभिण्डाका रस गुड हारि पिउनु कोदाको मद लाग्याको निको हुन्छ। चिनि मिसि दुध पिउनु धतुराको मद लाग्याको निको हुन्छ।

कुभिण्डाको स्वरसमा गुड मिलाएर पिएमा कोदाको मद लागेको निको हुन्छ। मिश्री मिलाएर दुध पिएमा धतुराको मद लागेको निको हुन्छ ॥३५॥

सुपारीको मात लागेमा

घ्रात्वा स्वकक्षां[२६] विपिनोपलं वा सम्प्राश्य किञ्चित्पटु शर्करां वा ॥
शीताम्वुपीतं चुलुकेन वापि प्रसह्य पूगीफलमुज्जहाति ॥३६॥

---

२५ 'कूष्माण्डकस्य स्वरसो' इति पाठान्तरम्। अर्थ समान छ।

२६ आफ्नै काखी। त्यहाँको विशेष स्वेदगन्धले प्रभाव पार्छ भनेको हो।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

सुपारि षाइ लाग्याको छ भन्या आफ्नो आस्वि सुँघनु अथवा वनको पत्थर[२७] सुँघनु अथवा थोरैं सिधो नुन र चिनि षानु अथवा चिस्व पानि हातमा राखि पिउनु निको हुन्छ ॥३६॥

सुपारी खाएर मद लागेको छभने आफ्नै काखीमा सुँघ्दा ठिक हुन्छ । अथवा वनको गुइँठा सुँघे पनि हुन्छ । अथवा थोरै सिधेनुन वा चिनी खाए पनि ठिक हुन्छ । चिसो पानी हातमा राखेर पिउँदा पनि ठिक हुन्छ ॥३६॥

ऊँट, हात्ती, घोडा चढेर जिउ दुखेकोमा र पैदल हिंडेर जिउ दुखेकोमा

स्वप्नमेवोष्ट्रयानस्य गजयानस्य मैथुनम् ।

मर्दनं चाश्वयानस्य पद्भ्यां यानस्य भोजनम् ॥३७॥

उतको सवारि हुँदामा आग दुख्यामा सुतनु निको हुन्छ । हातीमा चढ्दा आग दुख्यो भन्या मैथुन गर्नु निको हुन्छ । घोडामा चढ्दा आग दुख्यो भन्या मर्दन गर्नु निको हुन्छ । पाउले हिँड्दा आग दुख्यो भन्या भोजन गर्नु सुष हुंछ ॥३७॥

ऊँटको सवारी गरेर जिउ दुखेमा सुतेमा निको हुन्छ । हातीको सवारी चढेर जिउ दुखेको भए मैथुन गरेमा निको हुन्छ । घोडा चढेर जिउ दुखेको छभने मर्दन गरेमा निको हुन्छ । पैदल यात्रा गरेर जिउ दुखेको छभने भोजन गरेमा निको हुन्छ ॥३७॥

भांगको मद लागेमा, अफिमको मद लागेमा, विष लागेमा, मदिरा लागेमा र दुध लागेमा

भंगामदे फेनमदे क्रमेण दूर्वाम्लवर्गः कटु नागरं च ॥

गरेषु हेम प्रथितं गुडश्च मदात्यये क्षीरमदे च खण्डम् ॥३८॥

भांग षाइ लाग्याको छ भन्या दुवोको रस षानु अथवा ज्याकेहि अमिलोको रस पिउनु निको हुन्छ । अफिम लाग्याको छ भन्या मरिच षानु अथवा शुठो खानु निको हुन्छ विष षाई

---

२७ विपिनोपल भन्नाले बनको पत्थर होइन वन्योपल वा बनका गुइँठालाई बुझ्नुपर्दछ ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

लाग्याको छभन्या सुनमाऱ्याको षानु अथवा धतुलो[२८] षानु निको हुन्छ। मदिरा ग्याको छभन्या गुद षानु निको हुन्छ। दुध षाइ लाग्याको छभन्या चिनि षानु निको हुन्छ ॥३८॥

भांग खाएर मद लागेको छभने दुवोको रस अथवा जुनसुकै अमिलोको रस पिउनु ठिक हुन्छ। अफिमको मद लागेको छभने मरिच या शुठो खानु निको हुन्छ। विष खाएर लागेको छ भने सुवर्ण भष्म खाएमा निको हुन्छ। मदिरा लागेको छ भने गुड खाँदा निको हुन्छ। दुध लागेको छ भने खाँड या चिनी खाएमा निको हुन्छ ॥३८॥

ऋतुअनुसार वातपित्तकफको उत्पत्ति, वृद्धि तथा नाश

चयप्रकोपोपशमा वायोर्ग्रीष्मादिषु त्रिषु।

वर्षादिषु च पित्तस्य कफस्य शिशिरादिषु ॥३९॥

ग्रीष्मऋतुमा वायुको उत्पत्ति हुन्छ। वर्षा ऋतुमाहा वायुको वृद्धि हुन्छ। शरद् ऋतुमा वायुको नाश हुन्छ। वर्षा ऋतुमहाँ पित्तको उत्पत्ति हुन्छ। शरद् ऋतुमा पित्तको वृद्धि हुन्छ। हेमन्त ऋतुमा पित्तको नाश हुन्छ। शिशिर ऋतुमा कफको उत्पत्ति हुन्छ। वसन्त ऋतुमा कफको वृद्धि हुन्छ। ग्रीष्म ऋतुमाहाँ कफको नाश हुन्छ ॥३९॥

ग्रीष्मऋतुमा वायुको उत्पत्ति हुन्छ। वर्षाऋतुमा वायुको वृद्धि हुन्छ। शरद् ऋतुमा वायुको नाश हुन्छ। वर्षा ऋतुमा पित्तको उत्पत्ति हुन्छ। शरद् ऋतुमा पित्तको वृद्धि हुन्छ। हेमन्तऋतुमा पित्तको नाश हुन्छ। शिशिर ऋतुमा कफको उत्पत्ति हुन्छ। वसन्त ऋतुमा कफको वृद्धि हुन्छ। ग्रीष्मऋतुमा कफको नाश हुन्छ ॥३९॥

कहिल्यै रोग नलाग्ने उपाय

एकशायी द्विभोजी च षण्मूत्री त्रिपुरीषकृत्।

ऋतुसंगमकारी च व्याधिभिर्नाभिभूयते ॥४०॥

---

२८ धतुरो प्रतिविषको रूपमा मात्र उपयोगी हुन्छ। विषको असरबाट क्षतिग्रस्त अंगलाई स्वस्थ बनाउन सुवर्णयोग नै चाहिन्छ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

एकफेरा सुतन्या, दुइफेरा षान्या, छफेरा पिसाव गर्न्या, तीनफेरा झारा फेर्न्या, ऋतुकालमाहा स्त्रीसँग भोग गर्न्या एस्तो मनुष्य कैल्यै पनि रोगले पिडित हुँदैन ॥४०॥

दिनमा एकपटक सुत्ने, दुईपटक खाने, छ पटक पिसाब गर्ने, तीन पटक दिसा गर्ने र ऋतुकालमा मात्र स्त्रीसँग सम्भोग गर्ने यस्तो मान्छे कहिल्यै पनि रोगले पीडित हुँदैन ॥४०॥

इति काशिराजविरचिता अजीर्णमञ्जरी समाप्ता

॥ शुभमस्तु ॥

इति कासिराजरे बनायाको अजीर्णमञ्जरीको भाषा समाप्त भयो ॥

॥शुभमस्तु ॥

सम्वत् ॥ १८८८ साल मिति श्रावनवदि २ गते ॥

काशीराजले बनाएको अजीर्णमञ्जरी समाप्त भयो ॥

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

परिशिष्ट

१) अजिर्णमञ्जरी हस्तलिखित ग्रन्थको फ्याक्सिमिली

श्रीराष्ट्रिय अभिलेखालय
नेपाल

विषय: आयुर्वेद
पुस्तक नाम: अजीर्ण मञ्जरी
ने. सं. ८.४५१
क्र. सं. ५
पत्र सं: १२
आकार

NATONAL ARCHIVES
NEPAL

Subject.
Manuscript-Name:
C. No.
S. No.
Folio. No
Size.

Short Title *Ajīrṇamañjarī*

NEPAL-GERMAN MANUSCRIPT PRESERVATION PROJECT.
National Archives, Kathmandu, Nepal.

Manuscript No. 3 – 561 विषय नं. Ayurveda 5

Catalogue (बृहद् संक्षिप्त सूचिपत्रम्) vol. 5 No. 7

TITLE.

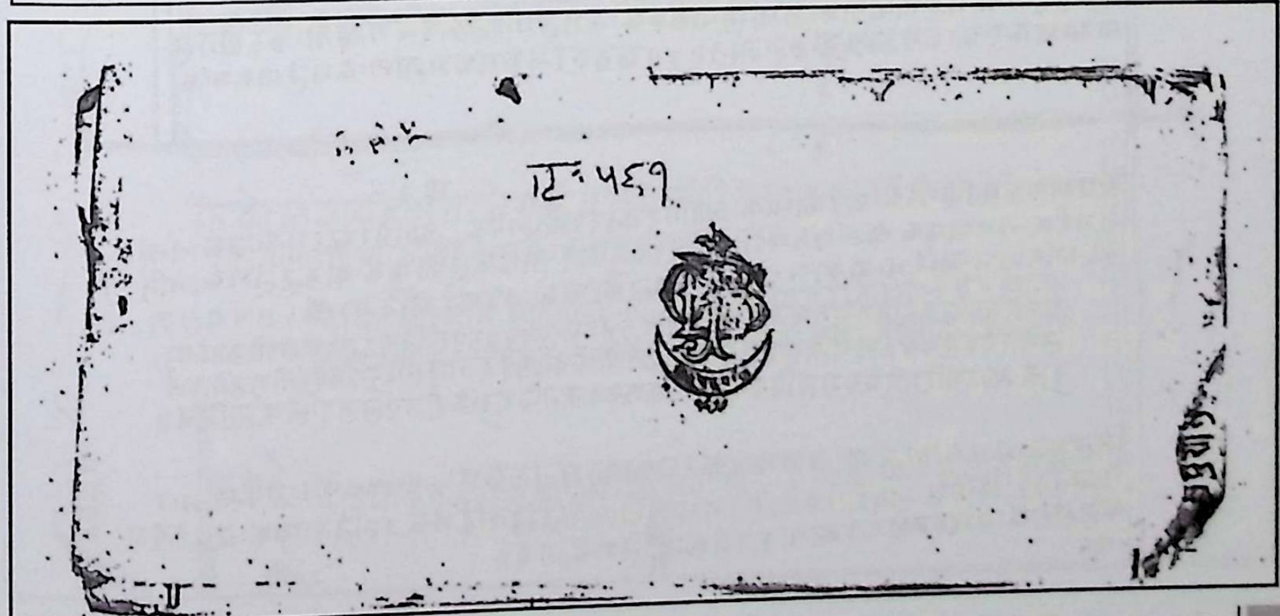
Ajīrṇamañjarī

No. of leaves: 12 Size in cm:

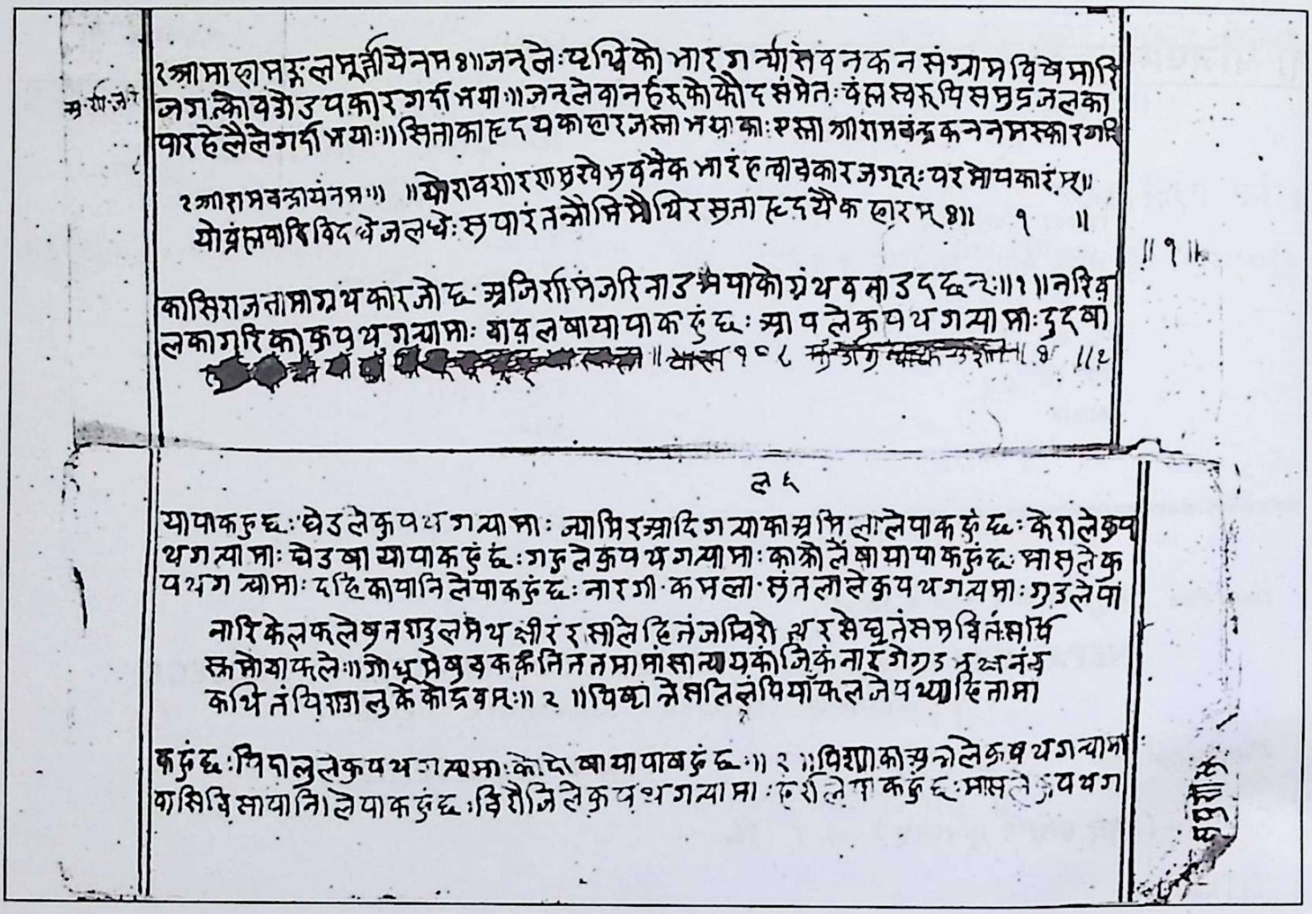
Reel No. A 212/14.

Date of filming: 20.12.74

Remarks: paper. — devanāg.



CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection



१ओं माहागमङ्गलमूर्त्तीयेनमः॥ जन्तेले पृथ्विको भार गर्न्या सेवनकन संग्राम विषमा रि
जगत्को वडो उपकार गर्दा भया॥ जन्तलेवानरहरूको फौद संमेतः पुल स्वरूपि समुद्र जलका
पार हेलैले गर्दा भया॥ सिताका हृदयका हार जस्ता भया का: श्री रामचन्द्र कन नमस्कार गर्दि

१ श्री रामचन्द्रायनमः॥ ॥योरावणारण्यरवेमुष्टनैक भारं हत्वा चकार जगतः परमोपकारं॥
योवृक्षवाधिविदधे जलधेः स्म पारं तं नौमि मैथिलिसुता हृदयैक हारम्॥ १ ॥

कासिराज नामा ग्रन्थकार जो छ अजीर्णमञ्जरि नाउं भयाको ग्रंथ बनाउँदछन्॥ १ ॥ नरिव
लका गुरि का कुपथ्य गर्न्यामा: वारुल भायापाक हुंछ: आप लेकुपथ्य गर्न्यामा: दुध भा
[illegible] ॥ वास १०८ [illegible] ॥ ४ ॥

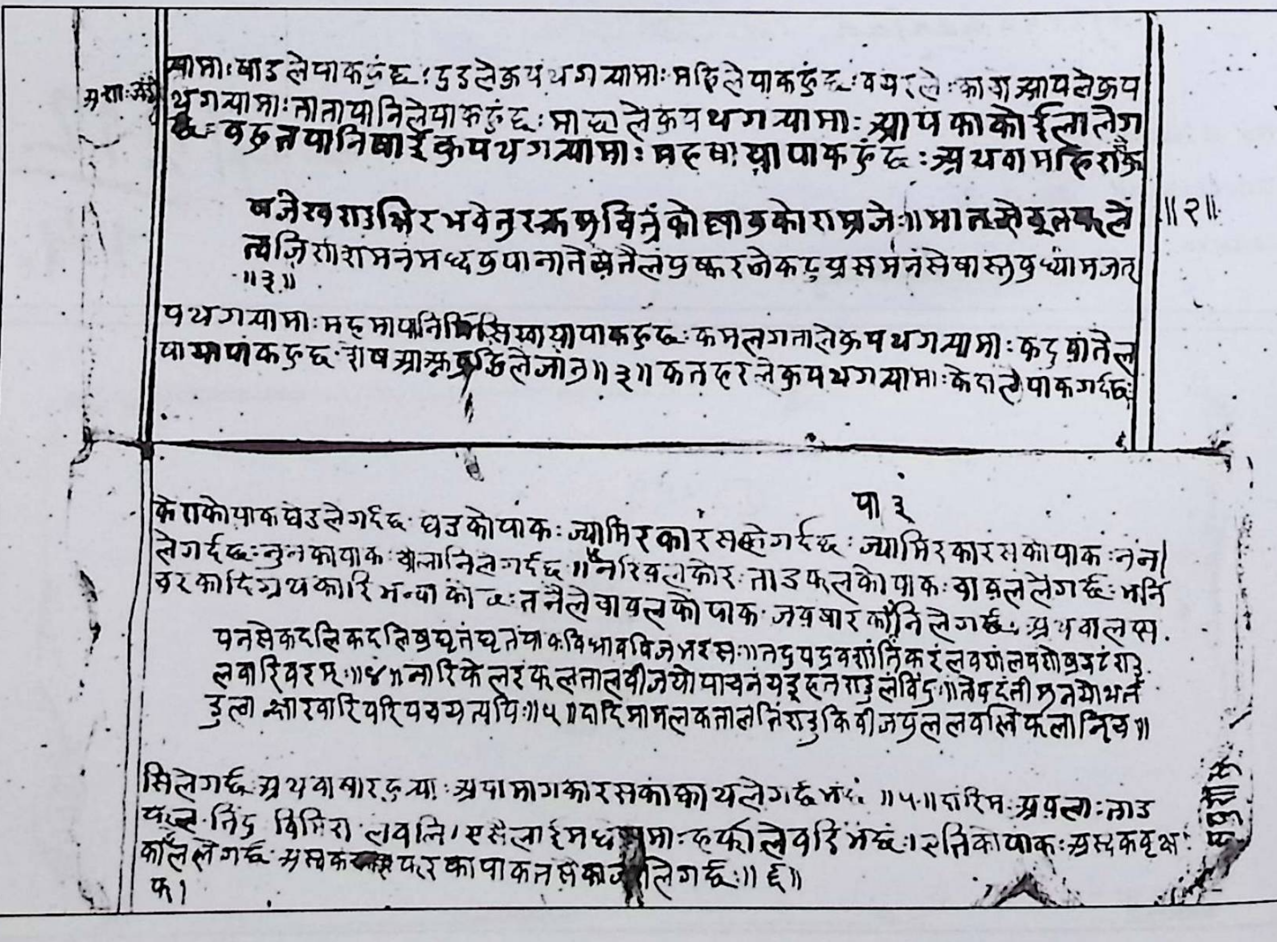
२६

यापाक हुंछ: घेउ लेकुपथ्य गर्न्यामा: ज्यामिर आदि गर्न्याका अमिलालेपाक हुंछ: केरालेकुप
थ्य गर्न्यामा: घेउ भायापाक हुंछ: गहुंलेकुपथ्य गर्न्यामा: काक्रो लें भायापाक हुंछ: मासलेकु
पथ्य गर्न्यामा: दहिका पानि लेपाक हुंछ: नारंगी कमला सुन्तलालेकुपथ्य गर्न्यामा: गुडलेपा

नारिकेलफले भुक्त तण्डुलं पथ्य क्षीररसाले हितं जम्बिरो [illegible]
[illegible] ॥ २ ॥ [illegible]

कहुंछ: पिनालुलेकुपथ्य गर्न्यामा: कोदो भायापाक हुंछ॥ २ ॥ [illegible] लेकुपथ्य गर्न्यामा
[illegible] लेपाक हुंछ: [illegible] लेकुपथ्य गर्न्यामा: [illegible] पाक हुंछ: मासले कुपथ्य ग

॥ १ ॥



[illegible] लेपाक हुंछ: [illegible] लेकुपथ्य गर्न्यामा: महिले पाक हुंछ: [illegible] आपलेकुप
थ्य गर्न्यामा: [illegible] लेकुपथ्य गर्न्यामा: आपका कोइलालेग
[illegible] कुपथ्य गर्न्यामा: [illegible] पाक हुंछ: अथवा महिरा [illegible]

[illegible] ॥ ३ ॥

पथ्य गर्न्यामा: [illegible] पाक हुंछ: कमलगतालेकुपथ्य गर्न्यामा: [illegible]
[illegible] पाक हुंछ: [illegible] ॥ ३ ॥ कतदरलेकुपथ्य गर्न्यामा: केराले पाक गर्दछ

॥ २ ॥

पा ३

केराको पाक घेउले गर्दछ: घेउको पाक: ज्यामिरका रसले गर्दछ: ज्यामिर कारसका पाक: [illegible]
लेगर्दछ: [illegible] ॥ नरिवलको र ताउ फलको पाक: [illegible] लेगर्दछ: [illegible]
[illegible] पाक जवखार [illegible] लेगर्दछ: अथवा लस

[illegible] ॥ ४ ॥ नारिकेल [illegible] ॥ ५ ॥ [illegible]

सिलेगर्दछ: अथवा [illegible] ॥ ५ ॥ दारिम: [illegible]
[illegible] रतिका पाक: [illegible]
[illegible] लेगर्दछ: ॥ ६ ॥

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

…श्रावेलॅ धिवनि: फसा: षजूर : कैथ: इतिकोपाक: निमकोफलयोनिपिठनु पाक गर्छ: घेउकोमहि
कोपाक: पनि: निमका फल लेगर्छ: ॥ ७ ॥ गऊ: माष: चना: केराउ: कुथि: इतिको कुपथु गर्याभा: थ
ठराका विर्याले पाक हुन्छ: खजूरि: कमलको गाना: कसेरू: घिनि इतिकोपाक: सिगाराले गर्छ: दाक

शाकुलं फलमातीवपाचयेत्याकमेजिवकुलं स्वमलत: ॥ ६ ॥ मध्कमा
लूरनपादनापरूषखर्जूरकपित्थकानाम: ॥

कोअथवा मकुवाको पाक: नागर मोथाले गर्छ ॥ ८ ॥ मासकटहर कोपाक: आपका कोईलाले गर्छ: बि
जौ: मैसिकोपाक: छिथानुनले गर्छ: बिकुराकोपाक: पिपलामूलमोराले गर्छ: द्विदर भयाकि ॥ ३ ॥
उपके १

मास: मसुरादि: तन्कोपाक: गुमौगा मात ताया को पानि ले तथा भलेगर्छ: दलि: मूसीतकोजउ

पाकायपेयपिकु मन्द विजंघृतेपितक्रे पितदेव पथ्यं: ॥ १ ॥ गोधूम
माषहरिमंथसतिनमुद्र पाको भवेकूर तिमान्त्रलनत्रकेन: ॥ खजूरि

यानि मारा बनु तिन दिन पछि त्यो तथा भ कर्छ: कैपूर: सुपारि: पान: केसर: जाईफल: जा

ईपत्रि: कस्तुरि: शिलारस: नरिवलको दुत: इतिको पाक समुद्र फेनले गर्छ: ॥ १० ॥ सामा: व

क्षा. विशाक सेरू सिताञ्जसस्सं शृंगाकरं मधूफलास्वपि भद्रमुस्तं: ॥ ८ ॥
पिक्षितपनसयो: स्यात्पाप्रवीजेन पक: छसरम महिषयो षिक्षीरयो: सैंधवेन: ॥ ४ ॥

न मास्त्राफे भयाको धान: गहत साठिदिन मा पाक न्या धान: कोदि: मत मास: काकुन: ए

ति को पाक: दहिका तरले गर्छ ॥ १० ॥ अमिरि कोर: गहतको पाक: तिलतेलले गर्छ: या
मको पाक: मोथाका जराले गर्छ: अथवा बुकुयाले गर्छ ॥ ११ ॥

विपितपरिनति: स्यान्याय्यलिदीपकाभ्यामपहरं नितुषां भोद्वे दलाना
मजिर्णाम: ॥ ९ ॥ कर्पूर: पूगीफल नागवल्लीकाश्मीर जाति फल जातिकोस

कसेरू: शिगाडा: कमलको गाना: दाख: छोहरा: षाड: इतिको पाक सुणले गर्छ

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

अ:जिर्न मं

उ षु कार स को पाक: अदुवाकारसले गर्छ: अथवा पलास का पात को भस्म पानि र वाल्हि पाक्र पाक गर्छ: ॥१२॥

म:॥ कस्तुरिका सिल्हक नालिकेर जलं पय आसमुद्र फेन:॥१०॥ इया पाक निवा र कुल थ बवी निष्पाव कं गुड धि मंडक स्तु:॥ घिया कुल थ्यौ तिल तैल योगान्त ध्धी नाद स्य नि हन्त्य थाम्र म:॥११॥ ॥५॥

घेउ को पाक: आमिला ले अथवा मरिचादि का पिपाले: अथवा नाना पानि ले गर्छ: तिल आदिग न्या का सबै तेल को पाक: दहि का पानि ले गर्छ:।

कर्दर को र: अवला को पाक: सन्ला का बिज का गुदि ले गर्छ: ॥१३॥ उअं दादोवर: मह: मद्य

कशेरु श्रृंगाट मृनाल पद्दि खर्जुर खवाउ अपिनागरेण:॥ वलास भस्मो वृत थाद्रं जीवार सो नि हन्त्याद्र सभिक्षु जातम:॥१२॥ अन्न्नेन के नाम्य थ पोष को न को ष्पा तु ना श्याव ने पे निया

मंदादोववर: काजि: काजि मंदादोवर: हिंगं: ईवारवस्तु नन्त्रा माना का भावा मा हालि: तिन दिन स म भका रि मि त्र का धान माया बन्नु:

अजिर्णमं

यो सुक्षक हिं कहिंद ष स्रै ले व दु नै: मासु: माद्य वाया मा परिपरियाक गर्छ: मनि प स्मा का स्या र्य छ: म

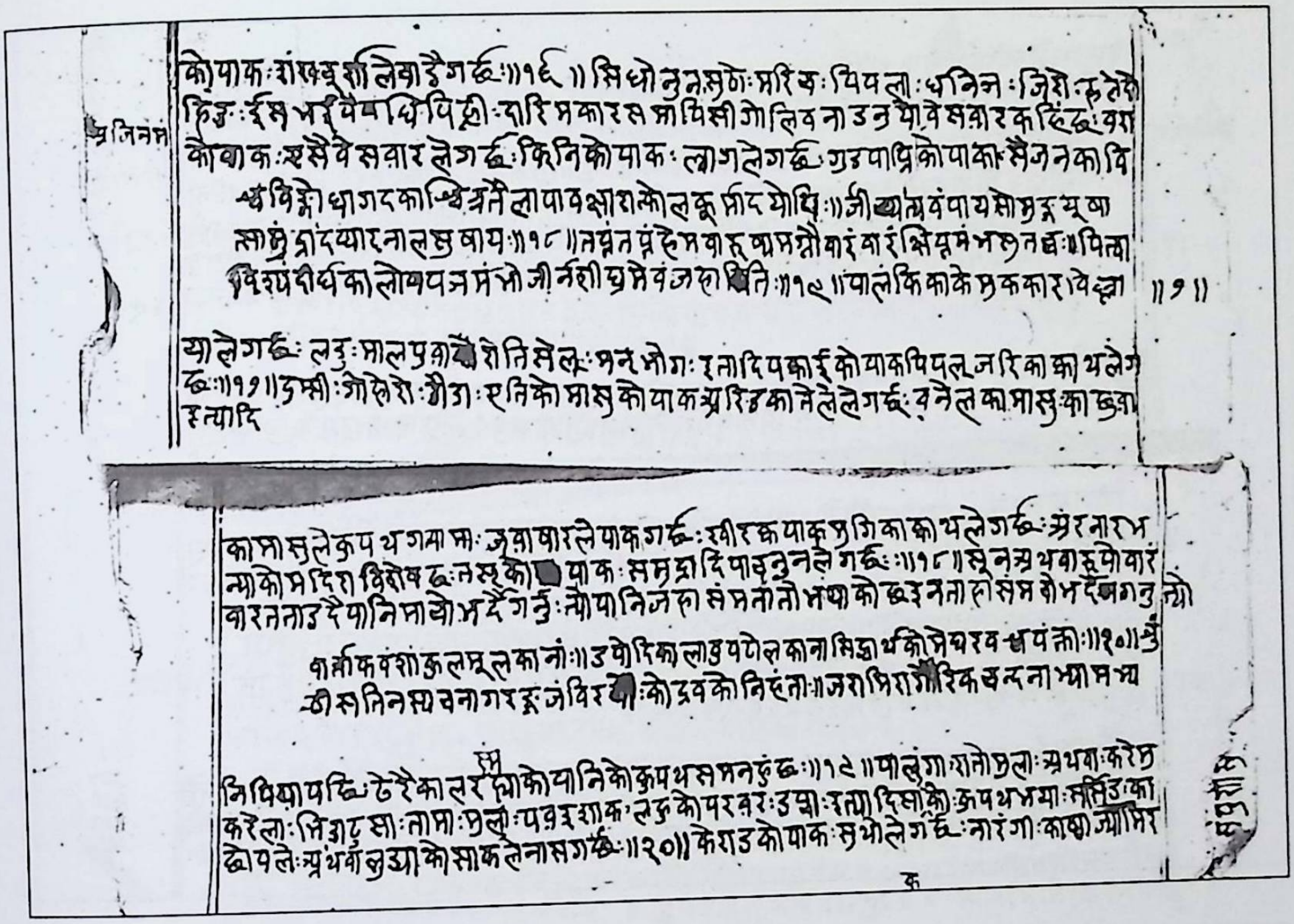
कं म:॥ तिलादि तैलान्यपि कांजिके नसर्ज स्य म आपन मा म ल को:॥१३॥ किपित्र विर्जं व दु मा स म स्य भो जि सु बि स्या न्य रि यी य सु क्र म:॥ अन्य द्रुतं के व ल म न्त्री प को मासे न म ॥ ६॥

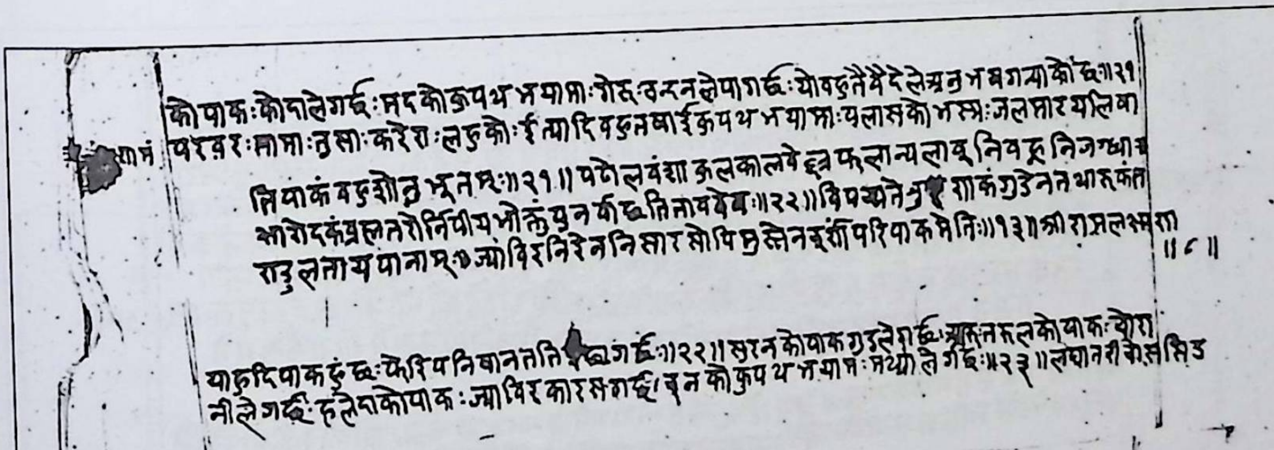
ग मा पो ल्या का मा द्ग वा मा का पाक: मासु ले गर्छ: मोपोवरो आ र्य छ:॥१४॥ मालशा पले का: मधुर भ ग्र ई र ति को मासु बा ई अपव भ या मा: का स को जदो पिसि पानि मार पाहि पि उ न्न

र: तसै क्षारा मा पाकि हुं छ: योव कु ते बार बै घले अनु भव ग मा को छ॥१५॥ सिष रो को पाक स्य: परि पाक मेति॥१४॥ कपोत पाराव ता नील कंठ: कपिञ्जलानां पिसितानि जग्ध्वा॥ कौ श स्य मूत्तः परि य पि ष्टं सुरिव भये त्वायकु शौ नु भूतम्॥१५॥ वि षि र सा ला सु र भि पय स्तु मं ते न को ष्ठे न विपा क मेति॥ शंखस्य चूर्णेन कृयारि नारी पयोद धि क्षीर प्रसूयै ति पाक म:॥१६॥ वटो वे शंखा रां छ त्र वं ग न फे गी स मं प फीर: सि ग्रु वि जे न या ति॥ करा मूल नो ल ड्डु का पु प रा का दि पाको भ वे न्द्र क्ष्ली मंड यो ग:॥१७॥

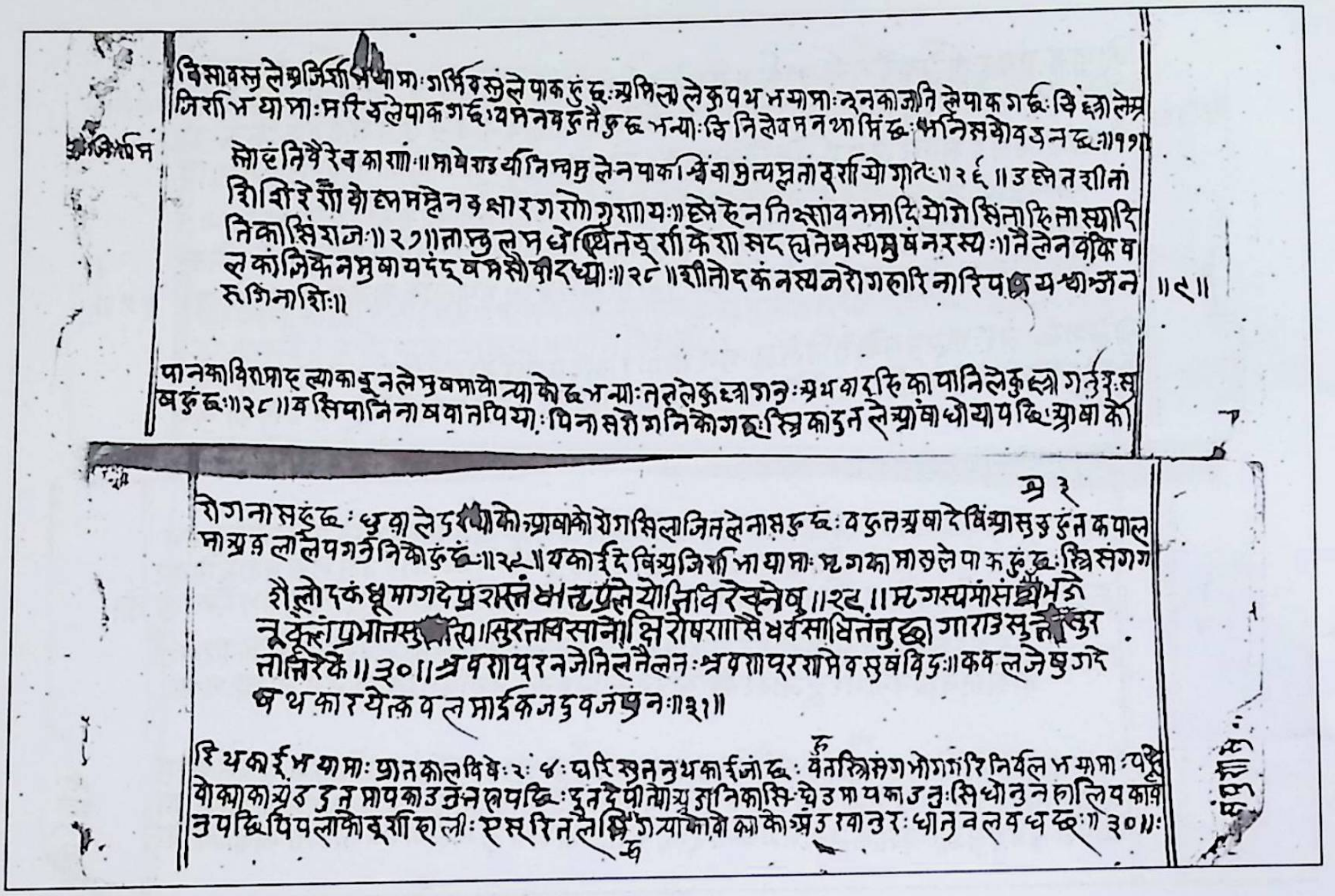
गु डो मरिच: पिपला: सूर्या ले गर्छ: गाई का दुद को पाक: मंतात्ता माउले गर्छ: मैसि का दुदर हि

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection



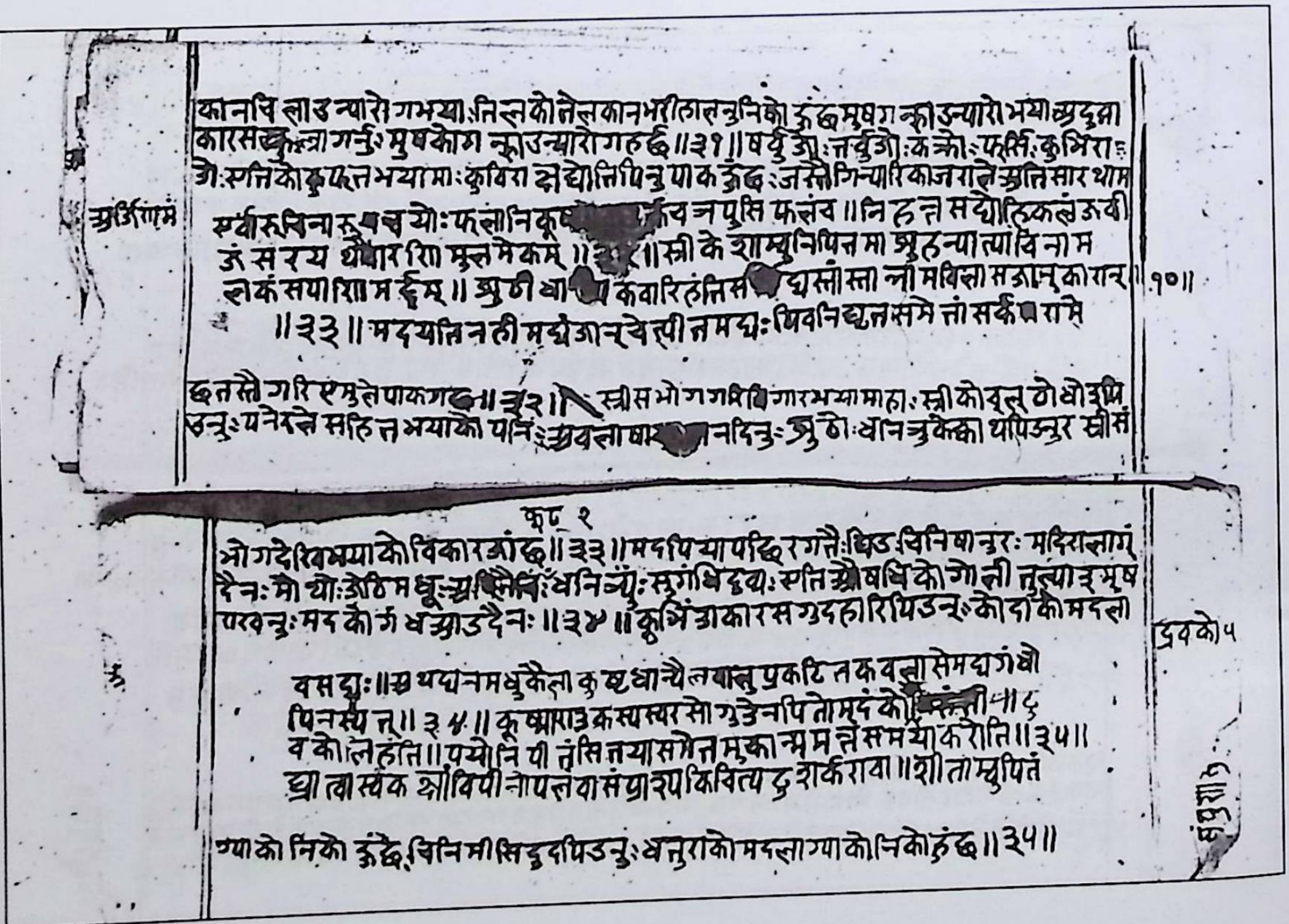


CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection



विसावस्तु लेअजिर्ण भयापाः गर्मि वस्तुले पाक हुँछ: अपित्त लेकफ व भयापाः त्यनकाजति लेपाक गर्छ: खि [illegible] लेअ
जिर्ण भयापाः सरिवले पाक गर्छ:व [illegible] हुँछ भन्याः छि निले [illegible] अनिसको व उनछ ॥११॥
शीतं निर्वै रैव कांक्षा ॥ [illegible] पाकं शिंवा [illegible] गात् ॥ २६ ॥ उष्ण तशीतां
[illegible] नक्षार गरो गुरगाय ॥ [illegible] तिस्त्राव नमादि योगे [illegible] स्यादि
तिकांक्षिराज ॥ २७ ॥ [illegible] नरस्य ॥ [illegible]
लकांजिके नमुखा य दं [illegible] दध्या ॥ २८ ॥ शीतोदकं नस्य [illegible] रोगहारि नारिपा [illegible] जन ॥९॥
[illegible] नाशि ॥
पानका विरपाद [illegible] भन्याः [illegible] पानिले [illegible] गर्नु:स
[illegible] ॥ २८ ॥ [illegible] पियाः [illegible] गर्छ: [illegible] पद्धि:आषा को

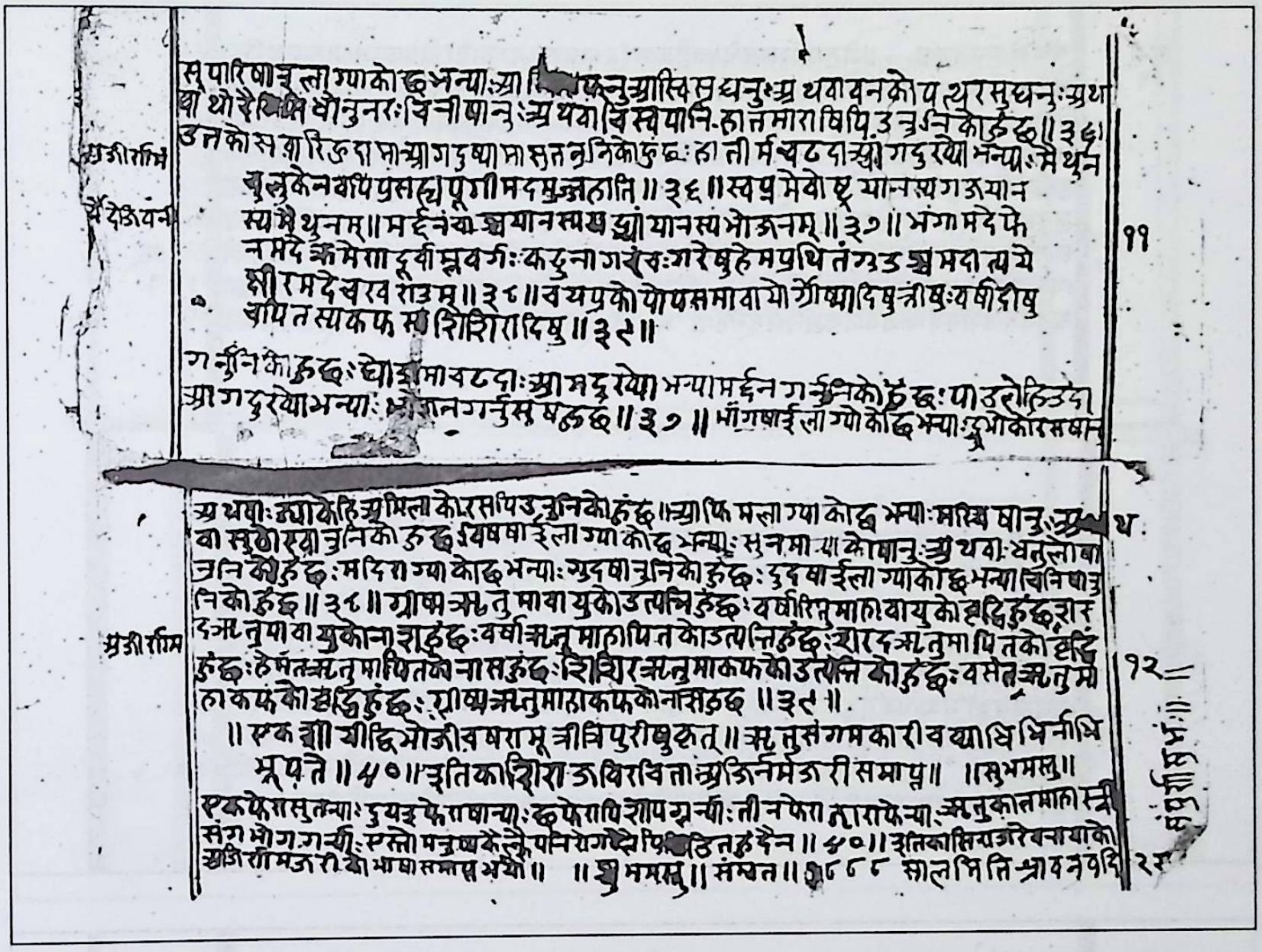
अ २
रोगनास हुँछ: धुवा ले [illegible] को अपाको योगस्लिला जित ले नास हुंछः व दुत [illegible] दुन कपाल
[illegible] लेप गर्नु निको हुँछ ॥२९॥ यकाई दि [illegible] जिर्ण भयापाः [illegible] लेपाक हुंछ: [illegible] संगग
शैलोदकं धूमागदे [illegible] ॥ २९ ॥ [illegible]
नू [illegible] ॥ सुरत [illegible] विसानां [illegible] तं नुद्धा [illegible]
[illegible] ॥ ३० ॥ अ [illegible] नैलन: [illegible] विडः ॥ कवलजे [illegible]
[illegible] थकारयेत्क व [illegible] जंघ नः ॥ ३१ ॥
रि थकाई भयापाः प्रातकाल [illegible] भयापाः [illegible]
[illegible] पद्धि: [illegible] नकालिय काश
[illegible] पद्धि पिपलाको [illegible] धातु वलव धद्छ ॥ ३० ॥



कानवि लाउन्या रोग भया तिलको तेल कान भरी [illegible] निको हुंछ मुखरा [illegible] भया अदुवा
कारस [illegible] गर्नु: मुखको [illegible] रोग हर्छ ॥ ३१ ॥ [illegible] कुमिरा:
[illegible] भयापाः कुमिरा [illegible] पाक हुंछ: जस्तो [illegible] अतिसार थाम
[illegible] फलानि कू [illegible] ॥ नि [illegible]
ऊं [illegible] ॥ स्त्री के [illegible] नाम ॥१०॥
[illegible] ॥ [illegible] कारान्
॥ ३३ ॥ मदयति नहीं [illegible] सर्क [illegible]
[illegible] पाक गर्छ ॥ ३२ ॥ [illegible] स्त्रीको [illegible]
[illegible] भयाको पनि [illegible] नदिनु: [illegible] स्त्रीसं

कुप २
[illegible] विकार आंछ ॥ ३३ ॥ मद पियापछि [illegible] मदिरानाम्
दैनः [illegible] सुगंधि द्रव्यः [illegible] औषधिको [illegible]
परवनु: मद को [illegible] आउदैनः ॥ ३४ ॥ कुभिंडाकारस गुद हारि पिउनु: कोदाको मदला
वसदुः ॥ [illegible] यथा नमधु केला [illegible] सेमद [illegible]
पिनस्य तु ॥ ३४ ॥ कूष्माण्ड [illegible] नपितो मदं को [illegible] ॥ ६
व को लेहंति ॥ पयो [illegible] करोति ॥ ३५ ॥
[illegible] शर्करावा ॥ शीताम्बुपितं
[illegible] गयाको निको हुंछ ॥ ३५ ॥

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection



२) अजिर्णमञ्जरी हस्तलिखित ग्रन्थको फ्याक्सिमिली

Short Title AJĪRNA MAÑJARĪ by KĀŚĪ RĀJA
+ ANUPĀNA MAÑJARĪ

NEPAL-GERMAN MANUSCRIPT PRESERVATION PROJECT

MS No. 6-1069 Private: RASTRIYA ABHILEKHALAYA

Place of Deposit: RTM

Subject: Āyurveda No. 3 Running No.

TITLE (acc. to Colophon/Catalogue):

1. Iti Kāśirāja viracitā yām Ajīrṇa mañjarī samāptam (Folio 4 A)
maũjaryyā dhātubhi dhātu māraṇa
2. Iti anupāna dhātūnām samkhyā śodhana m tathā upadhātūnām evam dhātu padhātu sevinaḥ pathyā māraṇāni samuddiśaḥ pathyā prakaraṇa nāma sastha samāptam (sic)

AUTHOR:

No. of leaves: 23 Incompl. Size in cm: 28.5x12.3 Reel No. A 950/22

Date of filming: 12-10-84 Script:—Nagari—Newari—Tibetan—Maithili

Remarks: paper—palm-leaf; damaged by worms—rats—breaking—others:

Paper: Nepali—Indian—mill-made, loose—Thyasaphu—bound

Date: NS VS Shaka LS Colour: brown + yellow Colour Slide No.

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

श्री
१
श्रीगणेशायनमः॥ ॥योरावणंरणमुखेभुवनैकभारंहत्वाचकारजगतःपरमोपकारम्॥यखलुचातिद
क्षिरेपरन्तोपियारंजन्वोमिमेथिलसुताहृदयेकहारम्॥ १॥नारीकेलफलेधुनरुडुलमथक्षीरंरसाले हितंजम्बी
रोत्थरसोघृतेससूचितसर्पिलुमोचाफले॥गोधूमेषुचकर्कटीहितनमामांसान्ययेकांजिक नारंगेगुडभक्षणं
चकथितंपिरडालुकेकोद्रवं॥ २ ॥पिष्टान्नेसलिलंपियालफलजेपथ्याहितामाषजे खराडंक्षीरभवेनुतक्रं
सुचितंकोश्मांवुकोलांमुजे मत्स्येचूतफलंन्वजीर्णसमनं मधुंवुपानात्यये तैलंपुकाजेकटुप्रशमनंशेयां
सुवुध्याजयेत्॥ ३ ॥पनसेकदलेकदलेचघृतं घृतपाकविधावपिजंभरसः॥तडुपद्रवशान्तिकरंलव
णंलवणोषुचतराडुलवारिवरं॥ ४ ॥नारीकेलफलनालवीजयोःपाचनंयदिहतराडुलंविदुः॥तेवदन्तिसुनये
ऽथतराडुलंक्षारवारिपरिपाचयत्यपि॥ ५ ॥दाडिमामलकनालतिंडुकिवीजपूरलवलीफलानियै॥वाकुल अजी
१
फलमतीवपाचयेत्पाकमेतिवकुलंस्वमूलतः॥ ६ ॥मधूकमालूरनृपादनानां परूषखर्जूरकपित्थकानाम्

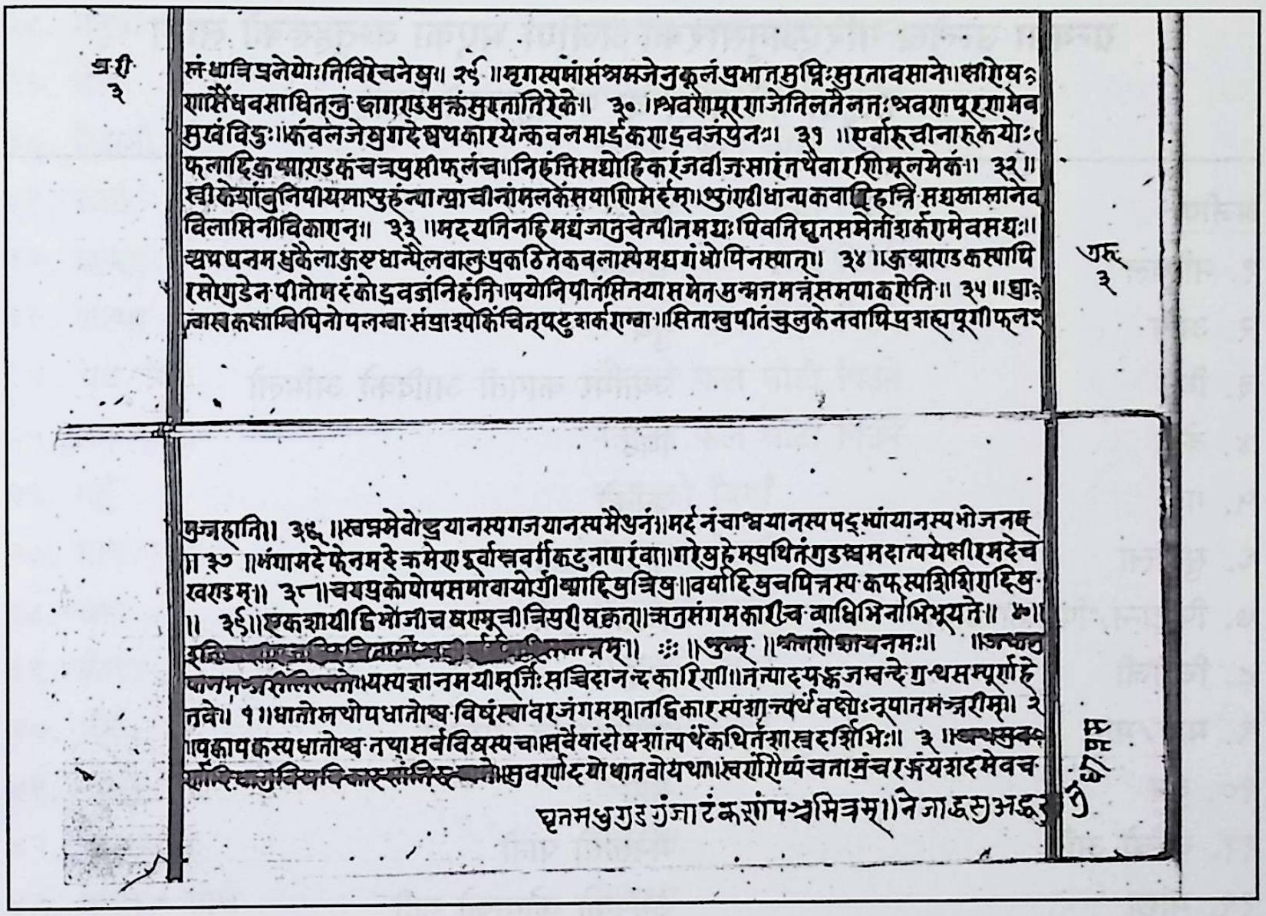
नाम्॥ पाकायपेयंपिचुमर्दवीजं घृतेपितक्रेपितदेवयंथम्॥ ७ ॥गोधूममाषहरिमंथसतसुकपाके
भवेत्स्फुटितिमातुलपुत्रकेण॥खर्जूरिकाविशकसेरुसितासुसमं शृंगाटकंमधुफलान्यपिभद्रमुस्तम्॥ ८
॥क्षितिपनसयोस्यांदाम्रवीजेनपाकः कशरमहिषयोषिन्क्षीरयोःसैंधवेन॥चिपिटपरिणतिःस्यात्
पिप्पलीदीप्यकाभ्यामयहरतिगुवांभोवैदलानामजीर्णम्॥ ९॥कर्पूरपूगीफलनागवल्लीकाश्मीरजा
तीफलजातिकोसम्॥कस्तुरिकासिल्हकनारिकेलजलस्यचन्यास्तुसमुद्रफेनम्॥ १० ॥श्यामाकनीवार
कनस्यषष्टीनिष्पावकंगुदधिमराडकस्तु॥चिंचाकुलत्थौतिलतैलयोगाज्जराद्द नादस्यनिहंत्यथाम्रम्॥
११॥कसेरुशृंगाटमृणालमोंचि खर्जूरखराडास्वपिनागरेण॥पलासभस्मांबुनपाईजोवा रसोनिहन्याइस
मिक्षुजातम्॥ १२ ॥अम्लेनकेनाप्यथवोषयेन कोष्णाम्बुनावाघृतमेतिपाकम्॥तिलादितैलान्यपिकांजि
केनसर्ज्जरसमज्जापनसाम्लकौ॥ १३ ॥किमत्रचित्रंवकुमांसमत्स्यभोजीसुखिस्यात्परिपीयतुक्रम्

श्री
२
अत्यद्भुतंकेवलमग्निपक्वमांसेनमत्स्यःपरिपाकमेति॥ १४ ॥कपोतपारावतनीलकराठ कपिञ्जलानांपि
शितानिजग्ध्वा॥काशाम्रमूलंपरिपीयपीडःसुखीभवेन्नावकुशोतभूतम्॥ १५ ॥व्योषैरसालासुरभीपय
स्तु मराडेनकोष्णेनविपाकमेति॥संखस्यचूर्णेनहयारिनारी पयोदधिक्षिप्रमुपैतिपाकम्॥ १६॥वटोवे
सवाराज्जवणेनफेराी सम्यंपर्यटःशिग्रुवाजेनयाति॥कराामूलतोलंडुकापूपसद्दादिधाकोभवेच्छकुल
मराडयोश्च॥ १७ ॥स्याविक्तोधाराराडकश्चिन्नतैलाद्यावक्षारात्कोलकूर्मादयोपि॥जार्यत्येवंपायसोमुद्ग
यूषा त्वामुद्धाद्याय्यारनालंसुखाय॥ १८ ॥तप्तनप्तंहेमवारूप्यमग्नौवारंवारंक्षिप्तंमंभःसुतञ्च॥पित्वा अजी
२
वस्यदीर्घकालोपपन्नमभोजीर्णशीघ्रमेवंजहाति॥ १९ ॥पालंकीकाकेमुककारवेल्ली वार्त्ताकवंशांकुर
मूलकानां॥उपोदिकानांत्रपटोलकानां क्षिप्रार्थकोमेपरवस्वपक्व॥ २० ॥सुराडसतीनस्यचनारराजंवीरयो
कोद्रवकोनिहन्ता॥नराभिराभेरिकचंदनाभ्यामभ्येतिपाकंवकुशोतभूतम्॥ २१ ॥पटोलवंशांकुरकारवे

ल्ल फलान्यलावूनिवकुनिजग्ध्वा॥क्षारोदकंव्रसतरोर्निपीयभोक्तुंपुनर्वाछतितावदेव॥ २२ ॥विपच्य
तिस्सरराकगुडेनेतथालुकंतराडुलतोयपानाम्॥जम्बीरनीरेणनिशारसोपिसुसेनचूर्णाम्यपरिपाकमेति॥
२३॥चंचूकक्षिप्रार्थकवालुकानांगायत्रिसारकथितेनपाकः॥स्मकानिसर्वाणुपयोतियाकक्षारेण
सर्षुक्षितनोनजेन॥ २४ ॥आम्रानकोडुम्बरपिप्पलानांफलानिचप्लक्षवटादिकानां॥सुःशर्म्मणोप
पर्युषितोदकेन पियालमज्जाचकटुम्भकेन॥ २५ ॥स्नेहाजीर्णेरोगिणांसुगचूर्णंज्वालासुमोहंनिः
वैरेचकानां॥माषराडव्यानिम्वमूलेनपाकं चिंचासुचत्यम्लतांचूर्णयोगात्॥ २६॥उष्मनशीतंशिशि
रेणाचोष्ममन्लेनचक्षारगणोगुणाय॥लेननीक्षांवमनारियोगे सितादिनास्यादितिसत्यवादः॥ २७
॥ताम्बूलम्[illegible]स्थितचूर्णकेन संदशनेयस्यसुखंनरस्य॥तैलेनवाकेवलकांजिकेनसुखायगराइषक
सोविदध्यात्॥ २८॥शीतोदकंनस्यजरोगहारीनारीपय[illegible]शिरुजोविनाशी॥शैलादकंधूमगदेप्रश

अजीर्णमञ्जरी
(नेपाली-भाषानुवादसहित)

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection


अ.जी. २

लंधान्यप्रलेपयोः निविरेचनेषु॥ २९ ॥मृगास्यमांसं श्रमजेऽनुकूलं प्रभातसुप्तिः सुरतावसाने॥ क्षीरोद्भवः
णार्त्तैंधवसाधितन्तु धाराण्डसक्तं सुरतातिरेके॥ ३० ॥श्रवणपूरणजे तिलतैलतः श्रवणपूरणमेव
सुखं विदुः॥ कवलजे सुगदेष्वथकारयेत्कवलमार्द्रकखण्डवजंभुनः॥ ३१ ॥एर्वारुचीनाककयोः
फलादिकूष्माण्डकंच त्रपुसीफलंच॥ निहन्ति सद्यो हि करंजवीजसारं तथैवारणिमूलसेकः॥ ३२॥
स्त्रीकेशांवुनिपीयमासु हन्यात् प्राचीनामलकं सयाणिमर्दम्॥ शुण्ठीधान्यकवा हन्ति सद्यमालानेव
विलासिनीविकारान्॥ ३३ ॥मद्यपतिनहि मद्यंजातु चेत्पीतमद्यः पिवति घृतसमेतां शर्करामेव सद्यः॥
स्वपत्यनमद्यकेलाकुस्थधान्यैलवालु प्रकठिनेकवलास्पेमद्यगंधोपि नस्यात्॥ ३४ ॥कूष्माण्डकस्यापि
रसो गुडेन पीतो मदं कोद्रवजं निहन्ति॥ पयोनिपीतं सितया समेन सुन्नमन्नं समपाकरोति॥ ३५ ॥घ्रा
त्वासकक्षाम्बिपिनो पलस्वा संप्राश्य किंचित्पटु शर्करां वा॥ सितांबुपीतं चुलुकेन वापि प्रशाम्य पूगीफल

सुन्नहानि॥ ३६ ॥स्वप्नमेवोष्ट्रयानस्य गजयानस्य मैथुनं॥ मर्दनं चाश्वयानस्य पद्भ्यां यानस्य भोजनम्
॥ ३७ ॥अंगामर्दे फेनमर्दे क्रमेण दूर्वास्त्वर्गी कटुनापरं वा॥ गरेषु हेमप्रथितं गुडश्च मदात्ययेक्षीरमदे च
खण्डम्॥ ३८ ॥चयप्रकोपोपसमा वायोर्ग्रीष्मादिषु त्रिषु॥ वर्षादिषु च पित्तस्य कफस्य शिशिरादिषु
॥ ३९ ॥एकशायी द्विभोजी च षण्मूत्री त्रिपुरीषकृत्॥ अल्पसंगमकारी च व्याधिभिर्नाभिभूयते॥ ४०॥
इति [redacted]नम्॥ ॥शुभम्॥ ॥श्रीगणेशाय नमः॥ ॥अथ
[redacted]॥ यस्य ज्ञानमयी मूर्त्तिः सच्चिदानन्दकारिणी॥ तत्पादपङ्कजं वन्दे ग्रन्थसम्पूर्णहे
तवे॥ १ ॥धातोरुपधातोश्च विषं स्थावरजंगमम्॥ तद्विकारस्य शान्त्यर्थं वक्ष्येऽनुपानमञ्जरीम्॥ २
॥पक्वापक्वस्य धातोश्च तथा सर्वविषस्य च॥ सर्वेषां दोषशान्त्यर्थं कथितं शास्त्रदर्शिभिः॥ ३ ॥[redacted]
[redacted]॥ सुवर्णादयो धातवो यथा॥ स्वर्णं रौप्यं च ताम्रं च रङ्गं यशदमेव च
घृतमधु गुड गुंजा टंकणं पञ्चमित्रम्॥ ने जा ढ स अ ढ

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

ग्रन्थमा उल्लेख गरिएअनुसारका अजीर्ण भएका वस्तुहरूको लागि फाइदा गर्ने कुरा वा पथ्यहरूको सूची

अजीर्ण	पथ्य
१. नरिवल	चामल
२. आँप	दुध
३. घिउ	ज्यामिर कागती आदिको अमिलो
४. केरा	घिउ
५. गहुँ	काँक्रो
६. सुन्तला	गुड/सख्खर
७. पिष्टान्न/पिसेको अन्न	चिसो पानी
८. चिरौंजी	हर्रो
९. माष/मास	खुँदो/खाँड/सख्खर
१०. दुध	मही
११. काँचो आँप	मनतातो पानी
१२. माछा	आँपको कोयाको गुदी
१३. मद्यपान	महपानी
१४. कमलगट्टा	तोरीको तेल/कडुवा तेल
१५. कटहर	केरा
१६. केरा	घिउ
१७. घृत/घिउ	ज्यामिर
१८. ज्यामिर	नुन
१९. नुन	चौलानी
२०. नरिवल/ताडफल	चामल
२१. चामल	यवक्षार वा क्षारपानी
२२. दाडिम	मौलसिरीको फल
२३. अमला	मौलसिरीको फल
२४. ताडफल	मौलसिरीको फल
२५. कागती	मौलसिरीको फल
२६ बिमिरो	मौलसिरीको फल
२७. लवली	मौलसिरीको फल

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

२८. महुवा	नीमको फल घोटी पिउने
२९. बेल	नीमको फल घोटी पिउने
३०. खिरनी	नीमको फल घोटी पिउने
३१. फर्सा	नीमको फल घोटी पिउने
३२. खजूर	नीमको फल घोटी पिउने
३३. कत्था	नीमको फल घोटी पिउने
३४. घृत/घिउ	नीमको फल घोटी पिउने
३५. तक्र/मही	नीमको फल घोटी पिउने
३६. गहुँ	धतुराको बियाँ
३७. माष/मास	धतुराको बियाँ
३८. चना	धतुराको बियाँ
३९. केराउ	धतुराको बियाँ
४०. मूँगी	धतुराको बियाँ
४१. खजूर	सिंघडा
४२. कमलगट्टा	सिंघडा
४३. कसेरु/ मोथे	सिंघडा
४४. मिश्री/चिनी	सिंघडा
४५. मधुफल (दाख/महुवा)	भद्रमुस्त/नागरमोथे
४६. मास	आँपको कोयाको गुदी
४७. रुखकटहर	आँपको कोयाको गुदी
४८. खित्रो/खिच्रो	सिधे नुन
४९. भैंसीको दुध	सिधे नुन
५०. चिउरा	पिपला/अजमोदा
५१. मास, मूँगी, मुसुरो आदि द्विदल वा दलहन	तुषाम्भ (भूससमेतको जौलाइ तीन दिनसम्म भिजाएको जौको पानी)
५२. कपूर	समुद्रफेन
५३. सुपारी	समुद्रफेन
५४. पान	समुद्रफेन
५५. केशर	समुद्रफेन
५६. जाइफल	समुद्रफेन
५७. जाइपत्री	समुद्रफेन
५८. कस्तुरी	समुद्रफेन

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

५९. शिलारस	समुद्रफेन
६०. नारिकेलजल (नरिवलको पानी)	समुद्रफेन
६१. श्यामाक (सामा धान)	दधिमण्डक (दहीको तर)
६२. नीवार धान (बनमा आफैं उम्रिने)	दधिमण्डक (दहीको तर)
६३. गहत	दधिमण्डक (दहीको तर)
६४. षष्ठी (सठिया धान)	दधिमण्डक (दहीको तर)
६५. भटमास	दधिमण्डक (दहीको तर)
६६. कागुनू	दधिमण्डक (दहीको तर)
६७. अमिली/इमली	तिलको तेल
६८. गहत	तिलको तेल
६९. आँप	मोथे/लुँडे
७०. कसेरु	सुठो
७१. सिंघडा	सुठो
७२. मृणाल/कमलकन्द	सुठो
७३. दाख	सुठो
७४. खजूर	सुठो
७५. खुँदो/खाँड/सख्खर	सुठो
७६. उखुको रस	पलाशभष्म पानीमा घोली खाने अदुवाको रस
७७. घिउ	कुनै पनि अमिलो, पिरो(मरिच आदि) मनतातो पानीसित
७८. तिल आदिका विभिन्न तेलहरू	धानको अमिलो वा काञ्जी
७९. कटहर	सल्लाका बिउको गुदी
८०. अमला	सल्लाका बिउको गुदी
८१. माछा-मासु ज्यादा भएमा	शुक्त
८२. माछा	आगोमा पोलेको मासु (सेकुवा)
८३. मलेवा	कासको जरो
८४. परेवा	कासको जरा
८६. कपिञ्जल (तित्रो/भद्राइ)	कासको जरा
८७. रसाला (सिखरिणी/सिखर्नी)	त्रिकटुचूर्ण (पिप्ला,मरिच,सुठो)
८८. गाईको दुध	मनतातो पानी । मण्ड (माड)
८९. भैसीको दुध	शंखको चूर्ण
९०. भैसीको दही	शंखको चूर्ण

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

९१. बारा/वडा,वाडा	वेशवार
९२. फिनी	ल्वाङ
९३. पाप्री	सहिजनको बियाँ
९४. लड्डू	पिप्पलीमूल (पिपलजरी)
९५. मालपुवा	पिप्पलीमूल (पिपलजरी)
९६. सट्टक आदि	पिप्पलीमूल (पिपलजरी)
९७. सेल, पुरी	पिप्पलीमूल (पिपलजरी)
९८. मण्ड	पिप्पलीमूल (पिपलजरी)
९९. दुम्सीको मासु	अरिणको तेल
१००. गोहोराको मासु	अरिणको तेल
१०१. गैडाको मासु	अरिणको तेल
१०२. बँदेलको मासु	यवक्षार
१०३. कछुवाको मासु	यवक्षार
१०४. पायस (खीर)	मूँगको दाल
१०५. आरनाल	सामुद्र आदि लवणपञ्चक
१०६. दीर्घकालिक अम्भोजीर्ण (पानीको अजीर्ण)	तातो सुन चाँदी रातो हुने गरी तताएर पानीमा चोब्दै जाँदा तातो भएपछिको पानी पिउने
१०७. पालुङ्गो	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
१०८. केमुक/करेमु/ केमुआ/नाडीशाक	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
१०९. तिते करेला/कारवेल्ल	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
११०. भण्टा	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
१११. बाँसको तामा	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
११२. मूला	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
११३. पवइ साग	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
११४. लौका	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
११५. परवर	सर्सिउँको छोप अथवा लुँडेको साग
११६. केराउ	सुठो
११७. सुन्तला	कोदो
११८. ज्यामिर	कोदो
११९. इरा (मदिरा)	गेरु/चन्दन
१२०. परवर	पलाशको भस्म र पानी

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

१२१. बाँसको तामा	पलाशको भस्म र पानी
१२२. कारवेल्ल (तिते करेला)	पलाशको भस्म र पानी
१२३. लौका	पलाशको भस्म र पानी
१२४. सूरण (ओल)	गुड
१२५. आलु/तरुल	चौलानी
१२६. हलेदो(हरिद्रा/बेसार)	ज्यामिरको रस
१२७. चून	मोथे
१२८. बन्धूक	खदिरसार (खयरको सार) को क्वाथ
१२८. सर्सिउँ	खदिरसार (खयरको सार) को क्वाथ
१३०. बेथे	खदिरसार (खयरको सार) को क्वाथ
१३१. सबै किसिमका साग	तिलनालको क्षार
१३२. अमारो	बासी पानी
१३३. डुम्री	बासी पानी
१३४. पिप्पल	बासी पानी
१३५. पाखरी	बासी पानी
१३६. बट आदि	बासी पानी
१३७. चिरौंजीको गुदी	मनतातो पानी
१३८. स्नेह (चिल्लो)	मूँगीको चूर्ण
१३९. अतिसार	मोथे
१४०. मासबाट बनेका तितौरा/मस्यौरा	निमको जरा घोटेर खाने
१४१.अमिली	चून
१४२. चिसा वस्तुले भएको अजीर्ण	ताता चीजहरू
१४३. ताता वस्तुले भएको अजीर्ण	चिसा वस्तुहरू
१४४. अमिलोको अजीर्ण	क्षारगण
१४५. चिल्लो पदार्थको	मरिच (तीक्ष्ण)
१४६. अति वमन	मिश्री
१४७. पानको मध्यमा रहेको चूनको दाह/डाहा	तेल, काञ्जिक, दहीको पानीको गण्डूष
१४८. नस्यजनित रोग	चिसो पानी
१४९. अञ्जनजनित रोग	स्त्रीको दुध
१५०. धुवाँजनित आँखाको रोग	शिलाजित
१५१. आँखाबाट ज्यादा आँसु आउँदा	कपालमा अमलाको लेप

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

१५२. श्रमज अजीर्ण	मृगको मासु
१५३. सम्भोगजनित श्रम	बिहान सुत्नु
१५४. अतिसम्भोग	दुग्धसाधित बोकाको राजखानी
१५५. कर्णपूरणजन्यरोग	तिलको तेलद्वारा कर्णपूरण
१५६. कवलजन्यरोग	अदुवाको रसले कुल्ला
१५७. खर्बुजो	करञ्जबीज
१५८. तर्बुजो	करञ्जबीज
१५९. फर्सी/कुभिण्डो	करञ्जबीज
१६०. काँक्रो	करञ्जबीज
१६१. अतिसार	अरणिमूल
१६२. स्त्रीसम्भोगको विकार	स्त्रीको चुल्ठो धोई पिउने, पनेर र पानीअमला सुठो धनियाको क्वाथ
१६३ मदिरा मात नलाग्न	लगत्तै घिउचिनी पिउने
१६४. मद्यगन्ध	मोथे जेठीमधु, अलैची,कूठ, धनिया, सुगन्धी द्रव्यको गोली मुखमा राख्ने
१६५. कोदोको मद्य	कुभिण्डाको रस गुड हाली पिउने
१६६. धतुराको मात	मिश्री हालेको दुध पिउने
१६७. सुपारीको मद	आफ्नै काखी सुँघ्ने विपिनोपल सुँघ्ने सिधे नुन र चिनी खाने चिसो पानी खाने
१६८. ऊँटको सबारी	सुत्ने
१६९. हात्तीको सबारी	मैथुन
१७०. घोडाको सबारी	मर्दन
१७१. पैदल यात्रा	भोजन
१७२. भाँगको मद	दुबोको रस/अम्लवर्ग
१७३. अफिमको मद	मरिच/सुठो
१७४. विष लागेकोमा	सुवर्ण भष्म
१७५. मदिरा मद	गुड
१७६. खीरको मद	खुँदो/सख्खर

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

विशेष शब्द र अर्थहरू

शब्द	अर्थ	English/Latin name
१. नारिकेलफलम्	नरिवल	Coconut/Cocos nusifera
२. तण्डुलम्	चामल	Rice
३. क्षीरम्	दुध	Milk
४. रसालम्	आँप	Mango/Mangifera indica
५. जम्वीरम्	ज्यामिर	Lemon/Cytrus aronaticum
६. जम्वीरोत्थरस	ज्यामिरबाट निकालिएको रस	Lemon juice
७. सर्पिः	घिउ	Ghee
८. मोचाफलम्	केरा	Banana/ Musea sepintum
९. गोधूमम्	गहूँ	Wheat/ Triticum aestivum
१०. कर्कटी	काँक्रो	Cucumber/ Cucumis sativus
११. नारंगः	सुन्तला	Orange/ Citrus aurantium
१२. पिण्डालुकम्	पिँडालु	Taro/ Colocasia esculata
	सखरखण्ड	Sweet potato/ Ipomoea batatas
१३. कोद्रवः	कोदो	Millet/ Paspalum scrobiculatum, Kodo millet
१४. सलिलम्	पानी	Water
१५. प्रियालफलम्	चिरौंजी	Buchania, Chiraujinut/Buchania latifolia
१६. पथ्या	हर्रो	Chebulic myrobalan/ Terminalia chebula
१७. माष	मास	Black gram, Mash bean/ Vigna mungo
१८. खण्डम्	खाँड/मिश्री/चिनी	Sacharum
१९. तक्रम्	मही	
२०. कोष्णाम्बु	मनतातो पानी	Lukewarm water
२१. कोलम्	बयर	Red date, Bayar/ Ziziphus jujuba
२२. आम्रम्	आँप	Mango/ Mangifera indica
२३. चूतफलम्	आँप	Mango/ Mangifera indica
२४. मध्वम्बु	महपानी	Honey water
२५. पानात्ययम्	मद्यपानको आधिक्य	Alcoholism
२६. पुष्करजम्	कमलगट्टा	Sarcostemma seed/ Sarcostemma
acidum		
२७. कटु तैलम्	तोरीको तेल/ कडुवा तेल	Mustard oil

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

२८.	पनसम्	रुखकटहर	Artocarpus integrifolia
२९.	कदली	केरा	Banana/ Musea sepintum
३०.	जम्भरसः	ज्यामिरको रस	Lemon juice
३१.	लवणम्	नुन	Salt /Sodium chloride
३२.	तण्डुलवारि	चौलानी	Rice water
३३.	वरम्	उत्तम	Best
३४.	तालबीजम्	ताडको बीज	Palmyra/Tal/wine palm seed/ Borassus flabellifer
३५.	क्षारवारि	क्षारपानी/यवक्षार	potassium carbonate
३६.	दाडिमम्	दारिम/अनार	Pomegranate/ Punica granatum
३७.	तालम्	ताड	Palmyra/Tal/wine palm/ Borassus flabellifer
३८.	आमलकम्	अमला	Emblica myrobalan/ Emblica officinalis
३९.	तिण्डुकी	तिञ्जू	
४०.	बीजपुरम्	बिमिरो	Cytrus medica
४१.	लवलीफलम्	हर्फरिवडी	
४२.	बाकुलं फलम्	बकुलफल/मौलसिरी	
४३.	बकुलम्	मौलसिरी	
४४.	मधूकम्	महुआ	
४५.	मालूरम्	बेल	Golden/stone/wood apple/ Aegle maemelos
४६.	नृपादनम्/राजादनम्	खिरनी,जुरे काफल	Manikera/Mimusops hexandra
४७.	परुषम्	फर्सा,फालसा	Phalsa or Falsa/Grewia asiatica
४८.	खर्जूरः	खजूर	Silver/sugar date palm/ Phoenix sylvestris
४९.	कपित्थम्	कयेथ	Elephant apple/ Limonia acidissima
५०.	पिचुमन्दबीजम्	निमको बियाँ	Lilac seed/Azadirachta indica
५१.	पथ्यम्	हित गर्ने	Beneficial
५२.	हरिमन्थ	चना	Gram/Cicer arietinum
५३.	सतीनम्	केराउ	Pea/Pisum sativum
५४.	मुद्गः	मूँग	Mung bean/Green gram/Vigna radiata
५५.	मातुलपुत्रकः	धतुरो	Thorn apple/Devils cucumber/ Jimsonweed/ Datura stramonium
५६.	खर्जूरिका	सानो खजूर	
५७.	विस	कमलनाल/कमलको डाँठ	Sarcostemma steam/ Sarcostemma acidum
५८.	कसेरु	मोथे	Coco grass/Cyperus rotundus
५९.	सिता	मिश्री/चिनी	Sacharum
६०.	शृंगाटकम्	सिंघडा	Water caltrop/Buffalo nut/ Trapa bispinosa

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

६१. मधुफला	दाख/अंगुर	
६२. भद्रमुस्तम्	नागरमोथे	Nutgrass/Cyperus scareosus Cyperus scariosus
६३. पिशितम्	मासु	meat
६४. आम्रबीजम्	आँपको बियाँ/कोया	Mango seed/Mangifera indica
६५. कृशरम्/कृशरा	खिच्रो/खित्रो, खिचडी	Salty porridge
६६. महिषयोषित्	भैंसी	Buffalo
६७. सैन्धवम्	सिधे नुन	Rock salt
६८. चिपिटम्/चिपिटा	चिउरा	Flattened rice
६९. पिप्पली	पिप्ला	Long pepper/Piper longum
७०. दीप्यकम्	ज्वानू	Bishop's weed seed/ Trachyspermum ammi
७१. तुषाम्भ	जौको काञ्जी	Barley beverage
७२. वैदलम्/द्विदलम्	दिउल आउने दाल	Pulses
७३. कर्पूरम्	कपूर	Camphor/cinnamomum camphora
७४. पूगीफलम्	सुपारी	Betel nut/Areca nut/ Areca catechu
७५. नागवल्ली	पान	Betel leaf/ Piper betle
७६. काश्मीर	केशर	Saffron crocus/Crocus sativus
७७. जातीफलम्	जाइफल	Nutmeg seed/Myristica fragrans
७८. जातिकोशम्	जाइपत्री	Mace
७९. कस्तूरिका/कस्तूरी	कस्तूरी	Musk/Moschus moschiferus
८०. सिल्हक	सील, शिलारस	Sweetgum/Liquidamber
८१. नारिकेलजलम्	नरिवलको पानी	Coconut water/ Cocos nusifera
८२. समुद्रफेनः	समुद्रमा पाइने समुद्रफेन रसायन	Cuttle fish bone
८३. श्यामाक	सामा धान	white panic/white millet/Panicum frumentaceum
८४. नीवार	नीवार/नावो धान	Foxtail millet/Panicum italium
८५. कुलत्थः	गहत	Horse gram /Vigna unguiculata/ Dolichos biflorus
८६. षष्ठी	सठिया धान	
८७. निष्पावः	भटमास/बोडी	Soya bean/Cow pea
८८. कंगू	कागुनू	Proso millet/Panicum millaceum
८९. दधिमण्डकः	दहीको पानी	Whey/ Yogurt liquid/ Curd water
९०. चिञ्चा	अमिली/इमली	Tamarind/Tamarindus indicus
९१. जटाब्धिनादः	मेघनाद, लुँडे	

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

९२. शृंगाट	शृंगाटक/सिंघडा	Water caltrop/Buffalo nut/ Trapa bispinosa
९३. मृणालः	कमलको डाँठ/नाल	Sarcostemma stem/ Sarcostemma acidum
९४. मृद्वी/मृद्वीका	दाख/अंगूर	Common grape/Vitis vinifera
९५. नागरम्	सुठो	Dried ginger/Gingiber officinale
९६. पलाशभष्माम्बु	पलाशपत्रको क्षारपानी	
९७. आर्द्रज	अदुवाको	
९८. इक्षुजातम्	रसम् उखुको रस	Cane juice/Sacharum officinarum
९९. अम्लेन	अमिलाले	Sour
१००. ऊषणेन	पिराल	Bitter
१०१. कोष्णाम्बुना	मनतातो पानीले	Lukewarm water
१०२. तिलादितैलान्	तिल आदि तेलहनका तिललाई	
१०३. सर्जस्य मज्जा	सालको मज्जा	
१०४. शुक्तम्	गुड महलाई सन्धान गरी तयार पारिएको वस्तु	
१०५. केवलम्	मात्रै	
१०६. अग्निपक्वमांसेन	आगोमा सेकाइएको मासुले	Rosted meat
१०७. मत्स्यः	माछाले	Fish
१०८. परिपाकम्	राम्रो किसिमको पाक	Perfect for digestion
१०९. कपोतः	मालेवा	
११०. पारावत	परेवा	peacock
१११. नीलकण्ठ	मयूर	
११२. कपिञ्जलः	सेतो खालको तित्रो	
११३. काशस्य मूलम्	काँसको जरा	Root of wild sugarcane/Kansgrass/ Sacharum spontaneum
११४. परिपीय	राम्ररी पिएर	
११५ पिष्टम्	पिसेको	
११६. बहुशोऽनुभूतम्	धेरैपटक धेरै जनाद्वारा अनुभूत	experienced
११७. व्योषः	त्रिकटु/पिप्ला,मरिच,सुठो	
११८. रसाला	अमिलो दहीको पानी छानेर त्यसमा दुध मिसाई बनाइएको स्वादिष्ट र पथ्य परिकार	
११९. सुरभीपयः	गाईको दुध	Cowmilk
१२०. मण्डम्	माड	Starch made from rice wheat & barley
१२१. विपाकम्	विशिष्ट पाक या पाचन	complete digestion
१२२. शंखस्य चूर्णेन	शंखको चूर्णले	Conch powder
१२३. हयारिनारी	भैंसी	Buffalo

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

१२४. पयोदधि	दुधदही	Milk & curds
१२५. क्षिप्रम्	चाँडै	Quickly
१२६. वटः	बरा, बडा, बारा, बाडा दहीवडा,मासको बारा	Patties
१२७. वेशवारात्	विशेष किसिमको मसलाले	
१२८. लवंगेन	ल्वाङ्ले	Clove/Syzyzium aromaticum
१२९. फेणी	फिनी	
१३०. पर्पटः	पापड	
१३१. शिग्रुबीजेन	सहिञ्जन/सैजनको बियाँले	Drumsticks or Horse radish seed/ Moringa oleifera
१३२. कणामूलतः	पिप्पलीमूल/पिपलजरीले	Root of long pepper/Piper longum
१३३. लड्डुका	लड्डू	Sweet balls
१३४. अपूप	मालपुआ	Pancakes
१३५. सट्टम्	एक किसिमको पक्वान्न	
१३६. शष्कुली	खास्ता/ पुरी	Deep fried crispy bread
१३७. मण्डः	मीठो नरम र केटाकेटीले पनि खान हुने गुण भएको एक थरि हलुवाको परिकार, मोहनभोग	
१३८. श्वावित्	दुम्सी	Porcupine
१३९. गोधा	गोहोरो	
१४०. गण्डकः	गैंडो/गैडा	Rhinoceros
१४१. चित्रतैलात्	अरिणको तैलबाट	Castor oil
१४२. यावक्षारात्	जौको क्षार यवक्षारबाट	Potassium carbonate
१४३. कोलः	वराह/बँदेल	
१४४. कूर्म	कछुवा	Tortoise
१४५. पायसः	खीर	Rice pudding
१४६. मुद्गयूषात्	मूँगको कपडछान रसबाट	Decoction of mung
१४७. सामुद्राद्यात्	सामुद्र आदि पाँचै लवणबाट	
१४८. आरनालः	गहुँ अमिल्याएर तयार पारिएको काञ्जी	
१४९. हेम	सुन	Gold
१५०. रुप्यम्	चाँदी	Silver
१५१. क्षिप्तम् अम्भःसु	पानीमा छ्यापिएको/चोपलिएको	
१५२. पीत्वा	पिएर	
१५३. दीर्घकालोपपन्नम्	लामो समयदेखिको	
१५४. अम्भोजीर्णम्	पानीको अजीर्ण	Water intolerance/water undigestion
१५५. शीघ्रमेवम्	चाँडै	Hurridly

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

१५६. जहाति	नाश गर्दछ	Destroys
१५७. पालंकिका	पालुंगो	Spinach/Spinacia oleracea
१५८. केमुक	केमुआ/नाडीशाक	Crepe ginger **Cheilocostus speciosus**
१५९. कारवेल्ल	तितेकरेलो	Bitter melo,gourd/Momordica charantia
१६०. वार्ताकु	भण्टा	Brinjal,eggplant/Solanum melongena
१६१. वंशांकुरम्	बाँसको तामा	Bamboo rhizomes/Bambusa vulgaris
१६२. मूलकम्	मूला	Radish/Raphanus sativus
१६३. उपोदिका/दकी	पवइ साग, पोइशाक	Indian spinach/Poee/ Basella alba
१६४. अलावु	लौका	Bottle gourd/Lagenaria siceraria
१६५. पटोलकम्	परवल	Pointed gourd/Trichosanthes dioica
१६६. मेघरवः	लुँडे	
१६७. पक्ता	पाचक, पाक गर्ने	Digestive
१६८. नागरंगः	नारंग/सुन्तला	Orange/ Citrus aurantium
१६९. कोद्रवकः	कोद्रव/कोदो	Millet/ Paspalum scrobiculatum, Kodo millet
१७०. इरा	मदिरा	Wine
१७१. गैरिकम्	गेरु	Ochre
१७२. चन्दनम्	चन्दन	Sandalwood/Santalam album
१७३. ब्रह्मतरु	ब्रह्मवृक्ष/पलाश	Flame of the forest/Bastard teak/Butea monosperma
१७४. भोक्तुम्	खान/भोग गर्न	To eat
१७५. पुनर्वाञ्छति	फेरि पनि चाहन्छ	Wants again
१७६. तावदेव	त्यत्तिकै	As same
१७७. सूरणकम्	ओल/जिमीकन्द	
१७८. आलूकम्	कर्कलो/पिँडालु/आलु	
१७९. तण्डुलतोयः	चौलानी	Ricewater
१८०. जम्वीरनीरेण	ज्यामिरका रसले	Lemon juice
१८१. निशारसः	हलेदो	Turmeric juice
१८२. मुस्तेन	मोथेले	Cyperus rotundus
१८३. चूर्णम्	चून	Lime
१८४. बन्धूक	दोपहरे फूल	Pentapetes phoenicea
१८५. सिद्धार्थकः	सर्सिउँ	White mustard/Synapsis alba
१८६. वास्तूकम्	बेथे/बथुआ	Goosefoot/ Chenopodium album
१८७. गायत्रिसारः	खदिरसार	Black catechu/Acacia / Senegalia catechu
१८८.तिलनालः	तिलको डाँठ	Sesamam steam/Sesamum indicum
१८९. आम्रातकम्	अमारो	Wild mango/Spondias pinnata or mangifera
१९०. उदुम्बरः	डुम्री	Goolar,cluster fig tree/Ficus recemosus

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

१९१. पिप्पलः	पिप्पल	Peepal tree,Ashwatha tree/Ficus religiosa
१९२. प्लक्षः	पाखरी	White fig tre/Ficus virens
१९३. वटः	बर	
१९४. पर्युषितोदकम्	बासी पानी	Stale water
१९५. प्रियालमज्जा	चिरौजीको गुदी	Buchania, Chiraujinut/Buchania latifolia
१९६. कदुष्णकम्	मनतातो	Lukewarm
१९७. मुस्तः	मोथे	
१९८. माषेण्डरि	माषको मस्यौरा	A preparation by black gram
१९९. निम्बमूलम्	निमको जरा	Root of Lilac tree/Azadirachta indica
२००. उष्णम्	तातो	Hot
२०१. शीतम्	चिसो	Cold
२०२. शिशिरम्	चिसो	Cold
२०३. क्षारगणः	क्षारवर्गः	Group of alkali
२०४. श्लेष्मा	कफ	
२०५. तीक्ष्णम्	तीखो/तिख्खर	Sharp
२०६. वमनातियोगः	वमन ज्यादा हुनु/गराउनु	Persistance of vomiting
२०७. ताम्बूलमध्यस्थितचूर्णकेन	पानको बिडाको चूनले	Lime used in Panbida
२०८. सन्दह्यते	पोल्छ/दाह गर्दछ	Burns
२०९. गण्डूषम्	कुल्ला	Gargle
२१०. शीतोदकम्	चिसो पानी	Coldwater
२११. नस्यजरोगहारी	नस्य/नाकमा हाल्ने औषधिले गर्दा भएको रोग नाश गर्ने	Treatment for complication of nasal medication
२१२. नारीपयः	स्त्रीको दुध/स्तन्य	Mother's milk
२१३. अञ्जनरुग्विनाशी	अञ्जन/गाजलले गर्दा भएको रोग नाश गर्ने	Treatment for complication of kohl medication
२१४. शैलोदकम्	शिलाजित घोलिएको पानी	Asphalt/Btumen solution
२१५. धात्री	अमला	Indian goose berry Embilica officinalis
२१६. मृगस्य मांसम्	मृगजातिको मासु	Deer meat
२१७. श्रमजे	श्रमजन्य पीडामा	Pain after labour
२१८. अनुकूलम्	सुखदायी	Favorable
२१९. प्रभातसुप्तिः	बिहानको सुताइ	Morning sleep
२२०. सुरतावसाने	सम्भोग सकिएपछिको थकाइ	Post coitus condition
२२१. क्षीरोषणा	तातो दुध र मरिच आदि	Hot milk with black peeper
२२२. सैन्धवसाधितम्	सिधे नुन हालेर बनाएको	Treated with rock salt
२२३. छागाण्डम्	बोकाको राजखानी	Goat testicles

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

२२४. सुरतातिरेके	अत्यधिक मैथुनको थकाइ	Excessive sexual indulgence
२२५. श्रवणपूरणजे	कानमा तेल भर्नाको कारणले गर्दा भएको कानको रोग	Complication due to earfiling medication
२२६. श्रवणपूरणम्	कर्णपूरण	Well medicated earfiling
२२७. तिलतैलतः	तिलको तेलले	Sesamum oil
२२८. कवलजेषु गदेषु	कुल्ला गर्ने औषधिका कारणले गर्दा मुखमा भएका रोगमा	Complication of the gargle medication
२२९. कवलम्	कुल्ला	gargle
२३०. आर्द्रकजद्रवजम्	अदुवाको रसबाट	Expressed juice of ginger
२३१. एर्वारु	खर्बुजो	Cucumis melo
२३२. चीन/ चीनाक	तर्बुजो	water melo
२३३. आरुकम्	खुरपानी, आरु	Apricot/prunus domestica
२३४. कूष्माण्डकम्	कुभिण्डो	White gourd/ Benincasa hispida
२३५. त्रपुसीफलम्	काँक्रो/घिरौलाजस्तो काक्रो	Cucumis melo
२३६. करञ्जबीजम्	लताकरञ्ज/कुवेराक्षको बीज	
२३७. अरणि	अग्निमन्थ/गिनेरी	Premna integrifolia
२३८. स्त्रीकेशाम्बु	स्त्रीको चुल्ठाको पानी	
२३९. निपीतम्	पिएपछि	
२४०. आशु	छिटै	
२४१. प्राचीनामलकम्	पानीयामलकम्/पानीअमला	
२४२. पाणिमर्दम्	करमर्द/पनेर	Carandas plum/Carissa carandas
२४३. शुण्ठी	सुठो	Gingiber officinalis
२४४. धान्यकवारि	धनियाँपानी/क्वाथ	
२४५. सद्यः	तत्काले	
२४६. विलासजान् विकारान्	विलासजन्य विकार	
२४७. पीतमद्यः	मद्यपान गरेको	Drunk person
२४८. जातु	व्यक्ति	Person
२४९. घन	मोथे	Cyperus rotundus
२५०. मधुक	जेठीमधु	Liquorice/Glycyrhiza glabra
२५१. कुष्ठ	कूठ	
२५२. धान्यः	धनियाँ	
२५३. एलवालुम्	एलवालुकम्/देवीसरो	
२५४. कवलास्यम्	मुखमा राख्ने औषधि	
२५५. उन्मत्तमत्तम्	धतुराको मात	
२५६. घ्रात्वा	सुँघेर	

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

२५७. स्वकक्षाम्	आफ्नो काखीमा	
२५८. विपिनोपलम्	वन्योपलम्/बनका गुइँठा	
२५९. सम्प्राश्य	खाएर	
२६०. पट्ठु	नुन	Salt
२६१. शीताम्बु	चिसो पानी	Cold water
२६२. चुलुकम्	हत्केलामा राखिएको पानी	water taken in palm for gargle
२६३. ऊष्ट्रयानम्	ऊँटको सबारी	
२६४. स्वप्नम्	सुत्नु	
२६५. गजयानम्	हातीको सबारी	
२६६. मैथुनम्	सम्भोग	
२६७. अश्वयानम्	घोडाको सवारी	
२६८. मर्दनम्	माड्नु	
२६९. पद्भ्यां यानम्	पैदल सबारी	
२७०. भंगामदे	भांगको मदमा	
२७१. फेनमदे	अहिफेन/अफिमको मदमा	
२७२. दूर्वा	दूबो	
२७३. अम्लवर्गः	अमिला वस्तुहरूको वर्ग	
२७४. कटु	मरिच	
२७५. नागरम्	सुठो	
२७६. गरेषु	विषमा	
२७७. हेमप्रथितम्	सुनको नाउँले प्रसिद्ध भएको	
२७८. मदात्यये	मदिरा ज्यादा भएमा	
२७९. क्षीरमदे	दुधको मदमा	
२८०. चयः	दोषहरूको सञ्चय	
२८१. प्रकोपः	दोषहरूको प्रकोप	
२८२. प्रशमः	दोषहरूको शमन	
२८३. एकाशी	दिनमा एक पटक आराम गर्ने	
२८४. द्विभोजी	दिनमा दुई पटक खाने	
२८५. षण्मूत्री	दिनमा ६ पटक पिसाब गर्ने	
२८६. त्रिपुरीषकृत्	दिनमा तीनपटक दिसा गर्ने	
२८७. ऋतुसंगमकारी	ऋतुकालमा मात्र सम्भोग गर्ने	
२८८. व्याधिभिर्नाभिभूयते	कहिल्यै पनि रोगव्याधिबाट पीडित हुँदैन	

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

सन्दर्भ ग्रन्थहरू

१. **चरकसंहिता**, चरकचन्द्रिका हिन्दी व्याख्यासहिता– ब्रह्मानन्द त्रिपाठी, भाग १, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, पुनर्मुद्रित संस्करण २००८ ।

२. **चरकसंहिता**, चरकचन्द्रिका हिन्दी व्याख्यासहिता– ब्रह्मानन्द त्रिपाठी, भाग २, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, पञ्चम संस्करण १९९८ ।

३. **सुश्रुतसंहिता**, डल्हणाचार्यकृत निबन्धसंग्रह तथा गयदासाचार्यकृत न्यायचन्द्रिकासहिता, चौखम्बा कृष्णदास अकादमी, वाराणसी, पुनर्मुद्रित सन् २०१४ ।

४ **शाËधरसंहिता**, शार्ङ्गधराचार्य, राधाकृष्ण पाराशरकृत कृष्णा हिन्दी व्याख्या, वैद्यनाथ आयुर्वेद भवन प्रा.लि. द्वितीय संस्करण १९७४ ।

५. **भावप्रकाशनिघण्टु**, भावमिश्र, व्याख्याकार विश्वनाथ द्विवेदी, मोतीलाल बनारसीदास, पुनर्मुद्रण १९९८।

६. **माधवनिदानम्**, भाग–१, माधवकर, मधुकोषव्याख्या, विद्योतिनी हिन्दी टीका, चौखम्बा संस्कृत संस्थान २७ औं संस्करण, वि.सं २०५५

७. **माधवनिदानम्**,भाग–२, माधवकर, मधुकोषव्याख्या, विद्योतिनी हिन्दी टीका, चौखम्बा संस्कृत संस्थान २७ औं संस्करण, वि.सं २०५४ ।

८. **योगरत्नाकर**, विद्योतिनी हिन्दी टीका, चौखम्बा प्रकाशन, पुनर्मुद्रण २०६७ ।

९. **कैयदेव निघण्टु**

१०. **राजनिघण्टु**

११. **नेपाली निघण्टु**, कोषनाथ देवकोटा, नेपाल राजकीय प्रज्ञा प्रतिष्ठान,२०२५ ।

१२. **आयुर्वेद का वैज्ञानिक इतिहास**, आचार्य प्रियव्रत शर्मा, चौखम्बा ओरियन्टालिया, द्वितीय संस्करण १९८१ ।

१३. **द्रव्यगुणविज्ञानम्** प्रियव्रत शर्मा

१४. **अष्टांगसंग्रह सूत्रस्थानम्**, वाग्भटकृत, सर्वांगसुनदरी हिन्दी व्याख्या, द्वितीय संसकरणा १९८१ ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

१५. **शब्दकल्पद्रुमः**

१६. **संस्कृत नेपाली शब्दकोष**

१७. **अमरकोषः, अमरसिंह**, विद्वच्छिरोमणि कुलचन्द्र गौतमकृत टिप्पणीसहित, प्रकाशक लक्ष्मीनाथ गौतम, टंगाल गैह्रीधारा, काठमाण्डौ ।

१८. **चन्द्रनिघण्टु**, सिंह दरबार वैद्यखाना विकास समिति भाग १,२,३ र ४ ।

१९. **रसतरंगिणी**

२०. **अगदतन्त्र**

२१. **कायचिकित्सा भाग १**, विद्याधर शुक्ल, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन पुनर्मुद्रित संस्करण २००९ ।

२२. **कायचिकित्सा भाग २**, विद्याधर शुक्ल, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन तृतीय संस्करण १९९६ ।

२३. **कायचिकित्सा भाग ३**, विद्याधर शुक्ल, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन पुनर्मुद्रित संस्करण २००८ ।

२४. **अष्टांग हृदयम्, वाग्भट**, सर्वांगसुन्दरी व्याख्या, मोतीलाल बनारसीदास, पुनर्मुद्रण १९९९ ।

२५. **नेपाली शब्दसागर** (सोपपत्तिक कोष), वसन्तकुमार शर्मा नेपाल, भाभा पुस्तक भण्डार काठमाण्डौ ।

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

श्री·ग·

१ श्री माणमङ्गलमूर्तीयेनमः॥ जन्तेः पृथ्विको भार गन्यांसवनकन संग्राम विषमारि
जगत्को वडो उपकार गर्दा भया॥ जन्तेवानर ऋक्षको फौद संमेतः वंल स्वरूपि समुद्र जलका
पार हेलैले गर्दा भया॥ सिताका हृदयका हार जस्ता भया काः श्री रामचन्द्र कन नमस्कार गरि

१ श्रीरामचन्द्रायनमः॥ ॥योरावणारणामुरवेभुवनैकभारं हत्वा चकार जगतः परमोपकारं मः॥
योब्रह्मवारिविदधे जलधेः सुपारं तन्नौमि मैथिलसुता हृदयैक हारम्॥ १ ॥ ॥ १ ॥

कासिराजनामग्रंथकार जो छ अजिर्णमञ्जरि नाउँ भयाको ग्रंथ बनाउँदछन्॥ १ ॥ नरिव
लकागरिका कुपथ्य गर्न्यामाः यावल भयाया पाक छ आपले कुपथ्य गर्न्या माः दुदवा
[redacted] ॥ वाल १०८ [illegible] ॥ ४ ॥ २

श्री·री
१

श्रीगणेशायनमः॥ ॥योरावणांरणमुखेभुवनैकभारं हत्वाचकारजगतः परमोपकारम्॥ यब्रह्मचातिद
धिरे परं जो पियारं तन्नौमि मैथिलसुता हृदयैकहारम्॥ १ ॥ नारीकेलफलेषु तण्डुलमथक्षीरं रसाले हितं जम्बी
रेन्थरसो घृने समूचितमर्पिसु मोचाफले॥ गोधूमेषु च कर्कटी हितं न मा मांसात्यये कांजिकं नारंगे गुड भक्षणं
च कपित्थं पिण्डालुके कोद्रवं॥ २ ॥ पिष्टान्ने सलिलं पियालफलजे पथ्या हिता माषजे खण्डं क्षीर भवे तुतक्र
मुचितं कोष्मांडु कोलांमुजे मत्स्ये चूतफलं त्वजीर्णशमनं मध्वं त्वपानात्यये तैलं पुष्कराजे कटु प्रशमनं शेषा
सुवुध्याजयेत्॥ ३ ॥ पनसेकदलेकदलेचघृतं घृतपाकविषाव पिजंभरसः॥ नडु पद्रव शान्तिकरं लव
णं लवणेषु च तण्डुलवारि वरं॥ ४ ॥ नारीकेलफलतालवीजयोः पाचनं यदिहतण्डुलं विदुः॥ नेवदन्ति मुनयो
ऽथ तण्डुलं क्षारवारि परिपाचयत्यपि॥ ५ ॥ दाडिमामलकतालतिंदुकि बीजपूरलवलीफलानि वै॥ वाकुल
फलमनीवयाचये त्याकमेति वकुलं खमूलतः॥ ६ ॥ मधूकमालूरनृपादनानां परूषखर्जूरकपित्थकाः

गरु
१

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection

वीर पुस्तकालय तथा राष्ट्रिय अभिलेखालयबाट प्रकाशित पुस्तकहरुको सूचि

क्र.सं.	पुस्तकको नाम
१	अभिलेख (अंक १ देखि ३४ सम्म)
२	सूचीपत्रबौद्धविषयक हस्तलिखित ग्रन्थहरु
३	सूचीपत्र हस्तलिखित नेपाली चिठ्ठी पत्र
४	नेपालीभाषामा लेखिएका हस्तलिखित ग्रन्थहरुको वर्णनात्मक सूचीपत्र
५	आयुर्वेद विषयका हस्तलिखित ग्रन्थहरुको सूचीपत्र
६	सूचीपत्र देवनागरी लिपिको हस्तलिखित ग्रन्थहरु
७	Catalogue of Tibetan Manuscripts (Vol. 1 to 6)
८	Catalogue of Guthi Paper (Vol. 1 to 2)
९	भूमिसम्बन्धीतमसूक ताडपत्र (अंक १ देखि ४ सम्म)
१०	कान्तिपुर शिलालेख सूची (अंक १ देखि ४ सम्म)
११	पुष्प चिन्तामणि
१२	राजविधान सार
१३	हस्तमुक्तावली
१४	अश्वमेघीय यात्रा
१५	ऐतिहासिक चिठ्ठीपत्र (अंक १ देखि ३ सम्म)
१६	कृत्यवाटिका
१७	बृहत् सूचीपत्र (अंक १ देखि १० सम्म)
१८	ब्रह्मशान्ति

क्र.सं.	पुस्तकको नाम
१९	वास्तुशास्त्रीयग्रन्थहरुको संक्षिप्त अध्ययन
२०	PAINTED ILLUSTRATIONS OF THE MANUSCRIPT COVERS IN NATIONAL ARCHIVES FROM NEPAL
२१	व्रतकल्पलतिका
२२	व्रतरत्नमाला
२३	अगस्त्यसंहित रत्न परीक्षा (वी.पु)
२४	हरमेखलापूर्वीखण्ड
२५	हरमेखला मध्यखण्ड
२६	SAARC Voyage from Banglore to Kathmandu
२७	ऐतिहासिक कुण्डली
२८	सिद्धान्त सारणी
२९	भक्तपुर शिलालेख सूची
३०	संक्षिप्त सूचीपत्रम् (वी.पु)
३१	सूचीपत्र ऐतिहासिक चिठ्ठीपत्र संग्रह
३२	नेपालभाषामा लेखिएका हस्तलिखित अभिलेख ग्रन्थहरुको वर्णनात्मक सूचीपत्र
३३	श्रीमद्वराहमिहिराचार्य विरचितमुविवाह पटलम्
३४	लिपी स्रोत पुस्तिका

नेपाल सरकार
संस्कृति, पर्यटन तथा नागरिक उड्डयन मन्त्रालय
पुरातत्त्व विभाग
राष्ट्रिय अभिलेखालय
रामशाहपथ, काठमाडौं
फोन: ०१-४२००४८८, ४२००८४६, फ्याक्स: ०१-४२००८४५, Webstie: www.narchives.gov.np

CC-0. Nepal Sanskrit Academy, Kathmandu Collection